

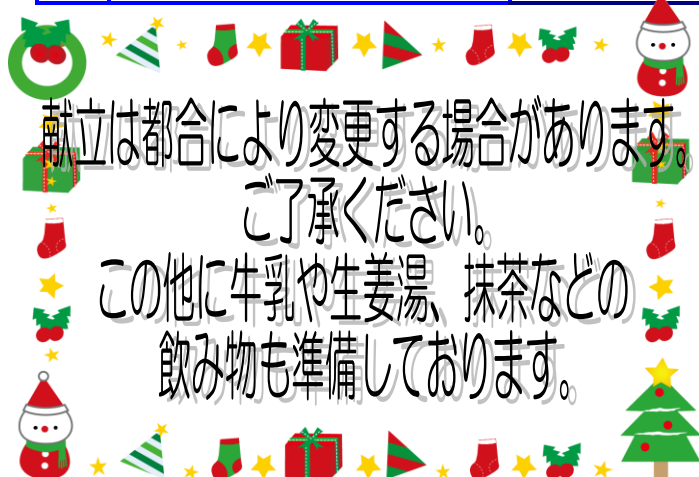




	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
1 金	麦ご飯・パン みそ汁・のり佃煮 三杯酢・かぶ煮	桜えびご飯 鶏肉の黒酢煮・南瓜煮 ジュリンスープ・みかん	魚の煮付け けんちん蒸し 豆乳みそ汁・漬け物
2 土	麦ご飯・パン みそ汁・のり佃煮 里芋煮・酢の物	鮭のムニエル ポテトサラダ 素麺のかき玉汁・ミカ	鶏肉のやわらか煮 えのき茸の和え物 コーンスープ・漬物
3 日	麦ご飯・パン 味噌汁・しそ昆布 白菜の煮浸し わかめサラダ	ミニパン・ツナ和え 野菜オムレツ・スープ りんごヨーグルト あやっ小豆ロールケーキ	いわしの甘露煮 とろろ 南瓜の豆乳みそ汁 みかんの缶詰
4 月	麦ご飯・パン 味噌汁・Qちゃん漬 春雨の酢の物 大豆と昆布煮物	お弁当 かしわめし・高野煮 鮭の塩焼き(外外) 白和え・豚汁・みかん	鶏肝と卵の煮物 春菊の中華風和え 花麩と豆腐の煮物 漬け物
5 火	麦ご飯・パン 味噌汁・つぼ漬け なます・がんも煮	鶏肉のごま煮 さつま芋のサラダ 茶碗蒸し・みかん	鮭のレモン醤油焼き 里芋まんじゅう コンソメスープ・漬物
6 水	麦ご飯・パン 味噌汁・しそ昆布 ひじき煮・なます	えびピラフ 白菜のクリーム煮 野菜スープ・バナナ	白身魚の梅煮 たまごサラダ・漬物 そばの吸い物
7 木	麦ご飯・パン 味噌汁・つぼ漬け 里芋と昆布煮物 杓苳草のごま和	中華おこわ・豆腐あん カレイの煮付け コーン卵スープ・バナナ あやっ抹茶ロールケーキ	鶏肉とかぶの煮物 はんぺんサラダ 白菜汁 漬け物
8 金	麦ご飯・パン 味噌汁・しそ昆布 かぶ煮・三杯酢	海老とみつばのかき揚 ミモザサラダ 麩の吸い物・バナナ	親子どんぶり 黒ゴマ豆腐(酢味噌) ごま和え・吸い物

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
16 土	麦ご飯・パン 味噌汁・Qちゃん漬 ナムル・ひじき煮	山菜おこわ・サラダ カレイの煮付け 豆乳みそ汁・バナナ	鶏肉の味噌煮 里芋の煮ころがし 春雨スープ・漬物
17 日	麦ご飯・パン 味噌汁・のり佃煮 大根の青じそ和 青梗菜の生姜煮	忘年会 パン各種・サラダ コロッケ・オムレツ シチュー・デザート	サンマと大根の煮物 けんちん蒸し 白菜汁 漬け物 
18 月	麦ご飯・パン 味噌汁・つぼ漬け 南瓜煮・三杯酢	魚の煮付け 春雨サラダ・みかん 花麩とわかめの吸物	いわしと大根の煮物 トマトのもずく和え 山芋かき玉汁・漬物
19 火	麦ご飯・パン みそ汁・のり佃煮 ひじき煮・なます	タイの刺身 ごぼうサラダ 豆乳みそ汁・バナナ	鮭の粕漬け焼き トマトの韓国風和え かき玉汁・漬物
20 水	麦ご飯・パン 味噌汁・しそ昆布 野菜煮物・なます	サバの塩焼き ブロッコリーサラダ けんちん汁・みかん	鶏肉の甘辛煮 ほうれん草のサラダ 豆腐の吸い物・漬物
21 木	麦ご飯・パン みそ汁・梅干し かぶのごま煮 わかめの酢の物	チキンライス 白菜のクリーム煮 ポテサラ・スープ・ミカ おやつ ぶどうゼリー	ぶり大根 ほうれん草のマヨネーズご ま和え・漬物 はんぺんの吸い物
22 金	麦ご飯・パン 味噌汁・べったら 南瓜のいとこ煮 杓苳草ごま和え	三色サンドイッチ 鶏肉の黒酢煮・サラダ ピーススープ 冬至 ゆずゼリー	豚肉のあっさり煮 切干大根の煮物 とろろ昆布の吸い物 みかん
23 土	麦ご飯・パン 味噌汁・つぼ漬け 金平・わかめサラダ	鮭のチャンチャン焼き さっぱりカニポテト 素麺の吸物・みかん	魚の味噌マヨ焼き わさび醤油和え ミストローネ・漬物
24 日	麦ご飯・パン みそ汁・のり佃煮 えのき茸和え物 鶏肝の甘露煮	焼きうどん・おにぎり 根菜そぼろ煮 かぶスープ・みかん おやつ 抹茶パバロア	鶏肉のごま煮 春雨サラダ コーンスープ 漬け物 

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
25 月	麦ご飯・パン みそ汁・梅干し わかめサラダ 五目オランダ煮	オムライス かぼちゃサラダ 和風チャウダー・いちご おやつクリスマスケーキ	魚の煮付け 枝豆豆腐(酢味噌) 五目汁 漬け物
26 火	麦ご飯・パン 味噌汁・のり佃煮 煮浸し・和え物	サバの味噌煮 里芋まんじゅう むらくも汁・いちご	鮭の塩焼き 五目白和え 水菜のみそ汁・漬物
27 水	麦ご飯・パン 味噌汁・のり佃煮 和え物・がんも煮	赤飯・カレーの煮付け 五目オランダ煮 なめこ吸い物・みかん	鶏肉とかぶの煮物 はんぺんサラダ コーンスープ・漬物
28 木	麦ご飯・パン 味噌汁・しそ昆布 南瓜のいとこ煮 えのき茸和え物	ぶりの照り煮 トマトの韓国風和え 茶碗蒸し・バナナ おやつ コーヒーゼリー	牛肉と大根の煮物 春雨サラダ コーン卵スープ 漬け物
29 金	麦ご飯・パン 味噌汁・のり佃煮 金時豆・ごま和え	牛肉のすき焼き風煮 はんぺんサラダ 素麺の吸物・みかん	かぼちゃコロッケ キャベツの梅かつお和え コーンスープ・漬物
30 土	麦ご飯・パン 味噌汁・のり佃煮 オレンジ煮・サラダ	豆腐ハンバーグ トマトのもずく和え 和風スープ・みかん	豚肉と玉ねぎの煮物 小松菜のナムル 吸い物・漬物
31 日	麦ご飯・パン みそ汁・みかん缶 鶏肝の甘露煮 とろろ	五目焼きそば おにぎり・ニラスープ 里芋まんじゅう・苺 おやつ フルーチェ	魚の煮付け 五目白和え 年越しそば 漬け物



献立は都合により変更する場合があります。
ご了承ください。
この他に牛乳や生姜湯、抹茶などの
飲み物も準備しております。

平成29年12月献立表
吉富鳳寿園