

月間献立表(26年12月度)

		日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		12月1日	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日
朝	主食	ごはん・黒糖ロール	ごはん・クリームパン	ごはん・ゴマロール	ごはん・食パン	ごはん・シムパン	ごはん・クロンパン	ごはん・わさびごはん
	主菜	えびシュウマイ	クインシーステーキ	照り焼きハンバーグ	ハンカツ	ササミキャベツ塩炒め	焼きそば	肉わかめうどん
	副菜	南瓜のそぼろ煮	ミックススクランブル	玉ねぎ・マソナー	納豆・きみどり玉子	ハッシュドポテト	ゆで玉子	ゆで玉子
	Kcal	中華スープ	白菜の味噌汁	豆腐と松山揚げの味噌汁	大根の味噌汁	ポタージュ	コンソメスープ	コンソメスープ
昼	主食	ごはん	ごはん	ごはん・チキンカツカレー	ごはん・ロールパン	ごはん	ごはん	ごはん・わさびごはん
	主菜	豚バラのデミソース煮	魚フライ	サラダバイキング	スパカルポナーラ	魚の甘酢	肉わかめうどん	さつま揚げ(野菜入り)
	副菜	キャベツ天ぷらソテー	鶏肉じゃが	牛乳	コーンコロケ	中華炒り卵	パンサンデー	大根のピリ辛煮
	Kcal	小松菜のごま和え	ブロッコリー塩茹で	フルーチェ	揚げじゃがサラダ	パンサンデー	けんちん汁	けんちん汁
夕	主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主菜	焼肉	チンジャオロウス	煮豚	ピザ風チキン	豚とろのスタミナソテー	鶏天の本ギョー	鶏天の本ギョー
	副菜	大根と甘ん煮	茄子のそぼろ炒め	ピーマン	オニオンフライ	高野の含め煮	れんこん甘酢	マカロニサラダ
	Kcal	たたきごぼう	中華クラゲのサラダ	さつまいもレモン	いんげんの胡麻和え	胡瓜のなめたけ和え	マカロニサラダ	マカロニサラダ
総カロリー		863	821	867	836	821	915	915
夜食		きつねうどん	親子丼	ぶっかけうどん	鶏の立田揚げ	豚焼肉丼	ビーフカレー	照り焼きバーガー
		日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		12月7日	12月8日	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日
朝	主食	ごはん・ホテルブレッド	ごはん・チョコチップパン	ごはん・コーンパン	ごはん・クリームパン	ごはん・食パン	ごはん・シムパン	ごはん・2色パン
	主菜	肉団子	肉入りコロケ	照り焼きチキン切り落し	魚フライ	ウィンナーソテー	ハンカツ	春巻き
	副菜	目玉焼き	野菜サラダ	フライドポテト	きゅうり・コンソメ	納豆・きみどり玉子	マカロニサラダ	ふわふわエッグ
	Kcal	オニオンスープ	牛乳	牛乳・ヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳・ヤクルト	牛乳
昼	主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん・ピザカツカレー	ごはん	ごはん	ごはん・五目ごはん
	主菜	玉ねぎときのこのソテー	魚のチーズマヨ焼き	せせりの葱パン餅	サラダバイキング	牛の柳川煮	回鍋肉	けんちんうどん
	副菜	ブロッコリー胡麻和え	肉じゃが	ひじきと大豆煮	牛乳	里芋煮	肉大根	揚げたこやき
	Kcal	中華たまごスープ	小松菜おかか和え	白菜と竹輪の胡麻和え	プリン(卵不使用)	海藻サラダ	キヌサヤの中華和え	ツナと胡瓜のポン酢和え
夕	主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主菜	豚しゃぶの胡麻ダレ	BBQチキン	八宝菜	鶏の中華風煮込み	鯛めし	ミックスフライ	ミックスフライ
	副菜	茄子の炒め煮	ガーリックスパ	焼ききゅうり	五目豆	ポークソテー和風ソース	～特別食～	ほうれん草コンソメスープ
	Kcal	ハンパモサタケソテー	大根けんつきサラダ	ほうれん草のナムル	わかめともやしのごま塩和え	野菜の甘酢漬	マカロニオーロラソース	マカロニオーロラソース
総カロリー		823	899	841	877	877	887	887
夜食		きつねうどん	親子丼	ぶっかけうどん	鶏の立田揚げ	豚焼肉丼	ビーフカレー	照り焼きバーガー
		日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		12月14日	12月15日	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日
朝	主食	お茶漬け	ごはん・コッペパン	ごはん・クリームパン	ごはん・アメリカンドッグ	ごはん・12穀ブレッド	ごはん・チョコクロワッサン	ごはん・ゴマロール
	主菜	鶏の八幡巻	ロースム	野菜コロケ	網焼きミニハンバーグ	自身・天ぷら	フランクソテー	チキンカツ
	副菜	漬物	ブレインオムレツ	ほうれん草ベコンチーノ	ポテトのオーロラソース	納豆・きみどり玉子	そぼろ肉じゃが	ツナサラダ
	Kcal	牛乳	牛乳	牛乳・ヨーグルト	牛乳	牛乳・グルト(グレープ)	牛乳	牛乳
昼	主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主菜	きみどり玉子	豚の生姜焼き	鮭のタルタル焼き	サラダバイキング	ポークデシチュー	ササミチーズフライ	角煮ラーメン
	副菜	筑前煮	キャベツ炒め	肉じゃが	牛乳	エリンギ炒め	大根のゆずみそかけ	シューマイ天ぷら
	Kcal	白玉すまし	ブロッコリーの塩茹で	キャベツの胡麻和え	りんご	ナチュラルカットポテトフライ	山芋たき	夕張メロンゼリー
夕	主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん・ロールパン	ごはん・オムライス	ごはん	ごはん
	主菜	鶏の唐揚げ	クリームシチュー	血うどん	さくさくチキン	カニクリームコロッケ	豚ときくらげ玉子炒め	おろしどんかつ
	副菜	小松菜と厚揚げ煮	クリームコロッケ	かぼちゃシュウマイ	クララン	和風スパサダ	野菜のピリ辛トマト煮	切干のゆず胡麻風味
	Kcal	ツナサラダ	クルトンサラダ	胡瓜のナムル	マリネ風サラダ	コンソメスープ	小松菜の白和え	ポテトサラダ
総カロリー		1,010	925	874	1,345	935	874	932
夜食		きつねうどん	親子丼	ぶっかけうどん	鶏の立田揚げ	豚焼肉丼	ビーフカレー	照り焼きバーガー
		日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		12月21日	12月22日	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日
朝	主食	ごはん・フルツナソー	ごはん・ホワイトブレッド	ごはん・あんぱん	ごはん・クロワッサン	ごはん・食パン	ごはん・ライ麦パン	ごはん・レーズンロール
	主菜	目玉フライ	チキンナゲット	スティックハンバーグ	ベーコン	お魚バーグステーキ	焼きそば	焼豚切り落し
	副菜	ほうれん草ソテー	野菜サラダ	ブロッコリー香炒め	ハッシュドポテト	納豆・きみどり玉子	五目厚揚げ玉子	オニオンリングフライ
	Kcal	牛乳	牛乳	牛乳・ヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳・ミルク(いちご)	牛乳
昼	主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主菜	きみどり玉子	揚げ豆腐肉そあんかけ	いか団子の酢豚風	サラダバイキング	照り焼きチキン	エビフライ	かきあげうどん
	副菜	大根と厚揚げ煮	もやしと天ぷらの甘酢	豚と白菜の旨煮	牛乳	スパベロンチーノ	チリコンカン	焼き餃子
	Kcal	鶏皮のスープ	杏仁フルーツ	菜の花辛子和え	コービーゼリー	ハムポテサラダ	たたきごぼう	エクレー
夕	主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主菜	鶏カツ	和風きのこハンバーグ	野菜たっぷりブルコギ	親子煮	牛のスタミナ焼肉	肉じゃがコロケ	ロールキャベツクリーム煮
	副菜	チンゲン菜中華炒め	レンコン金平	茄子の揚げ浸し	南瓜煮	切干と天ぷら煮	アスパラフォンソテー	ほうれん草の味噌汁
	Kcal	ピリ辛コンニャク	シルバーサラダ	豆腐の南蛮漬	炒り煮大豆	おからのおかか和え	玉子豆腐	胡瓜とカニボウ二杯酢
総カロリー		932	875	822	822	897	876	876
夜食		きつねうどん	親子丼	ぶっかけうどん	鶏の立田揚げ	豚焼肉丼	ビーフカレー	照り焼きバーガー
		日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
朝	主食							
	主菜							
	副菜							
	Kcal							
昼	主食							
	主菜							
	副菜							
	Kcal							
夕	主食							
	主菜							
	副菜							
	Kcal							
総カロリー		0	0	0	0	0	0	0
夜食		きつねうどん	親子丼	ぶっかけうどん	鶏の立田揚げ	豚焼肉丼	ビーフカレー	照り焼きバーガー

商品入荷等の都合により
献立および使用材料が
変更になる場合が
ありますので ご了承下さい。
変更時には、食堂配膳口に
掲示致しますので
よろしくお願い致します。