

献立予定表(12月度)

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日	12月1日
朝食	バイキング ごはん ミニアメリカンドッグ・ワインナー だし巻き卵・フライドポテト 味噌汁 フルーツ・牛乳	おにぎり 豚汁 ゼリー 牛乳 牛乳	ごはん バターロール 納豆 肉まん 味噌汁 牛乳	ピザトースト ごはん フルーツポンチ コンソメスープ 牛乳	ごはん レーズンパン 温泉卵 コンソメスープ 牛乳	2色パン ごはん ビーフシチュー さつま揚げ 韓国風スープ 牛乳	モーニングカレー 食パン 漬物 牛乳
	721	550	694	495	643	680	954
	ビビンバ丼 温泉卵 中華スープ	ごはん ミートスパゲッティ 照り焼きチキン 付け野菜 ジュース	ごはん グラタン フライドチキン わかれスープ	カツカレー サラダバイキング デザート 牛乳	ごはん 豚ロースの味噌焼き ひじき煮 フルーツ	ごはん 魚の天ぷら 肉じゃが 白菜スープ	ごはん 月見うどん いか天ぶら 味噌汁
	1200	1683	1030	1239	1033	1011	1004
	ごはん 水餃子 チーズつくね 付け野菜	ごはん 鮭のフライ(タルタルソース) レンコンの炒め物 三色和え	ごはん チーズハンバーグ シャーマンポテト コーンスープ フルーツ	鶏塩鍋 かぼちゃコロッケ 付け野菜	ごはん 焼きそば 軟骨の唐揚げ サラダバイキング デザート	ごはん 鶏足 フライドポテト ミモザサラダ 白菜スープ	ごはん グリルチキン 野菜のグラッセ スパゲッティサラダ
	1140 3061	1601 3834	1049 2773	1062 2796	1006 2682	1079 2770	1224 3182
夜食	鶏力ロリー	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん
	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日
	チヨコフレーク ごはん 納豆 スコッチャッゲ コンソメスープ	ごはん あんパン 温泉卵 豚汁 牛乳	ごはん チーズハンバーグ シャーマンポテト コーンスープ 牛乳	きな粉トースト バターロール チキンナゲット 中華スープ 牛乳	ごはん バターロール 納豆 鮭の塩焼き 牛乳	チヨコねじりパン ごはん クリームシチュー ヨーグルト 牛乳	ごはん バターロール 照り焼きチキン キムチスープ フルーツ 牛乳
	586	560	605	403	603	579	682
	中華丼 漬物 わかめスープ	菜めし 魚の照り焼き ビーフソテー	ごはん ブルコギ風 厚揚げの煮物 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	チーズカレー サラダバイキング デザート 牛乳	ごはん チキンカツ もやし炒め 牛乳	ごはん 豚肉の生姜焼き 餅巾着 コールスローサラダ ワンタンスープ	ごはん ちゃんぽん 小龍包 ふりかけ
	1100	1083	1307	1171	1773	1184	1200
夕食	ごはん ビーフシチュー コーンコロッケ 付け野菜	ごはん 豚ロースの味噌焼き レタスの卵炒め フルーツ	ごはん 鶏天 五目煮 マカロニサラダ	ごはん 麻婆豆腐 春巻き 付け野菜	ごはん すき焼き風 温泉卵 うどん サラダバイキング	郷土料理 愛媛県 焼豚卵飯 せんざんき わかめスープ みかん	ごはん サバのパン粉焼き 里芋の煮物 ナムル 味噌汁
	1073 2759	810 2453	982 2894	1194 2768	1439 3815	1157 2920	2538 4420
	ホットケーキ ごはん ベーコンエッグ ボタージュ	のり茶漬け サバの塩焼き 穀物ロール 納豆 牛乳	ごはん カルボナーラ エビフライ 付け野菜 ジュース	ハンバーガー ¹ パスタロール ヨーグルト 八幡巻き 味噌汁 牛乳	ごはん バターロール 温泉卵 コーンソース 牛乳	揚げパン ごはん 具だくさんコーンスープ ヨーグルト 牛乳	ごはん 食パン 目玉焼き フルーツ 牛乳
	547	698	794	563	747	638	641
昼食	豚丼 漬物 味噌汁	ごはん カルボナーラ エビフライ 付け野菜	炊き込みご飯 さわらの幽庵焼き 大根のそぼろ煮 味噌汁	ピーフカレー サラダバイキング デザート 牛乳	ごはん 豚肉のキムチ炒め 高野豆腐の卵とじ 牛乳	オムライス チキンのパン粉焼き 付け野菜 わかめスープ	ごはん 塩ラーメン 揚げ餃子 ふりかけ
	1279	1618	1082	1068	1434	1100	1215
	ごはん 鶏肉のコチュジャン焼き ひじき煮 キャベツヒツナの和え物	ごはん ハンバーグ ウインナー	ごはん 和風からあげ 金平ごぼう	ごはん ちゃんこ鍋 エビ寄せフライ	ひつまぶし 牛肉コロッケ 付け野菜	ごはん とんかつ さつま芋の甘煮 三色和え	ごはん 豚しゃぶ マロニー・白菜 湯豆腐
	1199 3025	1500 3816	1730 3606	2506 4137	828 3009	1423 3161	1348 3204
夜食	鶏力ロリー	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん
	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日
	ホワイトデニッシュショコラ ごはん アーモンドドッグ コンソメスープ	ごはん 納豆 温泉卵 豚汁 牛乳	ごはん クリームパン ウインナー	シュガートースト ジャーマンポテト	ごはん バターロール 納豆 肉まん 牛乳	ワインバーソン ごはん ミネストローネ ヨーグルト 牛乳	ごはん バターロール 焼きつくね フルーツ 牛乳
	583	654	634	433	709	665	726
昼食	ホイコーロー丼 漬物 卵スープ	ごはん サバの塩焼き 豚バラ大根 白菜のおかか和え 味噌汁	ごはん 豚肉と卵の炒め物 さつま揚げの煮物 フルーツ	食育 クリスマス カレードリア チキンナゲット コーンスープ クリスマスデザート ジュース	ごはん チンジャオロース 大学芋 中華和え	ごはん 鶏肉のホイル焼き 揚げ出し豆腐 サラダバイキング	ごはん けんちんうどん 磯辺揚げ ふりかけ
	1560	1092	1241	1155	1160	1800	1105
夕食	ごはん カレー鍋 肉じゃがコロッケ 付け野菜	ごはん チキン南蛮 筑前煮 フルーツ	ごはん 煮込みハンバーグ ジャーマンポテト ミモザサラダ	ごはん 生姜鍋 かぼちゃコロッケ 付け野菜	ごはん クリームシチュー ミニピザ 付け野菜	梅ちりめんご飯 サバの竜田揚げ 肉じゃが ササミと胡瓜の和え物 味噌汁	ハヤシライス サラダバイキング デザート
	1223 3366	2230 3976	1484 3359	1013 2601	1243 3112	1095 3560	1110 2941
	鶏力ロリー	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん
	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日	12月29日
朝食	チヨコチップメロンパン ごはん ボテトカップグラタン わかめスープ 牛乳						
	506						
昼食	親子あんかけ丼 漬物 味噌汁						
	1256						
	ごはん ボトフ トマトコロッケ 付け野菜						
	1103						
	鶏力ロリー	2865	0	0	0	0	0
	夜食	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん
朝食	12月30日	12月31日					
昼食							
夕食							
朝食							
昼食							
夕食							
朝食							
昼食							
夕食							
朝食							
昼食							