

令和3年12月 予定献立表

	月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6	7
朝	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁
昼			ごはん みそ汁 揚げ物 サラダ 牛乳	ごはん みそ汁 豆腐 揚げ物 ヨーグルト	ごはん みそ汁 えのき がらも煮 プリン	ごはん みそ汁 ねぎ きんぴら 牛乳	ごはん みそ汁 しめじ スライスポテト 牛乳
夕			ごはん コンソメスープ 魚のたまご パスタ 大根カリパタ	ごはん コンソメスープ チキン カレー スライス ブロッコリー ヨーグルト	ごはん けんちん汁 鰻 たまご おろし おろし	ごはん マカロニ ポテト ハンバーグ 人参 デザート	ごはん けんちん汁 チキン パスタ おろし おろし
朝	ごはん みそ汁 小松菜 塩サバ	ごはん みそ汁 聖手 香煎豆腐 のり	ごはん みそ汁 もやし チキン ポテト	ごはん みそ汁 大根 にら	ごはん みそ汁 かぼちゃ しゅうまい	ごはん みそ汁 白菜 もやし ベーコン	ごはん みそ汁 まねき オムレツ
昼	中華丼 たまごスープ サラダ プリン	ごはん 和風スープ おひたし 鶏の照り焼き いんげん ナムル	ごはん 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁	ごはん 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁	ごはん 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁	ごはん 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁	ごはん 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁
夕	ごはん コンソメスープ 煮込み ハンバーグ フライド ポテト 温野菜	ごはん コンソメスープ ポーク カレー ハンバーグ スパゲティ おろし	ごはん 和風スープ れんこん はまぐし 焼き ピーマン 春雨	ごはん 豚汁 豆腐 おろし おろし おろし	ごはん 中華スープ 油 揚げ 卵 たまご おろし	ごはん コンソメスープ チキン ハンバーグ パスタ ポテト	ごはん 中華スープ 味噌汁 ポテト ナムル
朝	ごはん みそ汁 キャベツ 煮卵	ごはん みそ汁 なめこ 野菜 揚げ	ごはん みそ汁 なす 厚揚げ	ごはん みそ汁 じゃが芋 ウインナー	ごはん みそ汁 えのき 揚げ	ごはん みそ汁 豆腐 豆 揚げ	ごはん みそ汁 しめじ とろろ こんにゃく
昼	ごはん 中華スープ 肉 豆腐 サラダ プリン	ごはん 和風スープ 鶏 のからあげ ブロッコリー おろし おろし	ごはん 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁	ごはん 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁	ごはん 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁	ごはん 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁	ごはん 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁
夕	ごはん けんちん汁 魚 の甘酢 煮 野菜 天 浅漬 サラダ	ごはん 中華スープ 豚 肉 豆腐 の 中華 旨煮 春巻	ごはん すまし汁 魚 の あん かけ いんげん フライ おろし	ごはん 中華 コンソメ スープ 青 椒 肉 糸 しゅうまい たまご	ごはん コンソメ スープ チキン の おろし スライス 野菜 サラダ	ごはん 和風 スープ 豚 肉 おろし 野菜 高野 豆腐 煮 小松菜 揚げ	ごはん 豚汁 魚 の おろし 揚げ 肉 の おろし 揚げ おろし
朝	ごはん みそ汁 ふ 温泉 たまご	ごはん みそ汁 ねぎ ちくわ煮	ごはん みそ汁 白菜 おろし おろし	ごはん みそ汁 かぼちゃ チキン ポテト	ごはん みそ汁 大根 ねぎ たまご	ごはん みそ汁 もやし ひじき 煮	ごはん みそ汁 キャベツ 人参 ししり
昼	ごはん みそ汁 肉 野菜 炒め 揚げ たまご プリン	ごはん みそ汁 魚 の 揚げ き チキン おろし おろし	ごはん みそ汁 豚 肉 塩 揚げ の サラダ 牛乳	ごはん みそ汁 おろし 揚げ き チキン おろし おろし	ごはん みそ汁 ハンバーグ スパゲティ プリン	ごはん みそ汁 ミックス フライ おろし おろし	ごはん みそ汁 魚 の 揚げ き おろし おろし
夕	三色 おぼろ 丼 和風 スープ サラダ	ごはん わかめ スープ チキン カレー 水 餃子 サラダ	ごはん だし 汁 魚 の おろし 揚げ き おろし おろし	ごはん 和風 スープ 肉 豆腐 おろし おろし	ごはん クリーム ソー ス ハンバーグ 温野菜 サラダ デザート	ごはん コンソメ スープ 豚 肉 おろし 野菜 おろし	ごはん 中華 スープ 魚 の おろし 揚げ き おろし おろし
朝	ごはん みそ汁 ねぎ ウインナー	ごはん みそ汁 小松菜 がらも煮	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁
昼	ごはん みそ汁 鶏 天 ほうれん 草 ソテー プリン	塩 豚 キムチ 丼 中華 スープ サラダ ジュース					
夕	カツ カレー サラダ フルーツ						