

令和7年12月 献立表

★... 新メニュー No. 1

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	7 (日)	8 (月)	9 (火)	10 (水)
朝食	ご飯又はパン みそ汁 お魚豆腐の煮物 青菜と昆布のおひたし 漬物(たくあん) 344	ご飯又はパン みそ汁 筍の煮付 白菜の酢の物 漬物(きゅうり) 308	ご飯又はパン みそ汁 生揚げの煮付け カリフラワーのドレ和え 昆布佃煮 360	ご飯又はパン みそ汁 里芋のゆずあんかけ 大根の塩昆布和え ふりかけ(たまご) 325	ご飯又はパン みそ汁 うの花炒り オクラの生姜和え 漬物(梅干) 329	ご飯又はパン みそ汁 ウインナーソーテー ふきのお浸し 山椒ちりめん 337	ご飯又はパン みそ汁 かぼちゃのそぼろ煮 ブロックリーのドレッシング和え 鯛味噌 350	ご飯又はパン みそ汁 れんこんと昆布の煮物 キャベツのおかか和え 漬物(しば) 352	ご飯又はパン みそ汁 目玉焼き 青菜の和え物 ふりかけ(たらこ) 364	ご飯又はパン みそ汁 ほうれん草とえのきのベーコンソーテー ブロッコリーのドレ和え 梅びしお 347
昼食	ご飯 魚フライ&ハムカツ 華風炒め ほうれん草のごま和え けんちん汁 バインゼリー 638	炊き込み御飯 さわらの粕漬け焼 枝豆と野菜の炒め物 菜の花のおひたし みそ汁 りんご 505	* きつねきしめん さらさ焼き チンゲン菜のおかか和え ヨーグルト 524	ご飯 鶏肉の竜田揚げ 白菜とえびの炒め煮 春菊のごま和え みそ汁 グレープゼリー 676	ご飯 スパニッシュオムレツ チンゲンサイの炒め物 春雨の酢の物 コンソメスープ オレンジ 535	ご飯 豚肉のねぎみそ焼 キャベツの炒め物 なすのピーナッツ和え 清汁 メロンゼリー 573	ご飯 めばるの照り焼き ひじきの煮物 小松菜のからし和え みそ汁 フルーチェ(いちご) 487	ご飯 豚のバターしょうゆ焼き マカロニソーテー さつまいもとコーンの和え物 みそ汁 ミルクプリン 693	ご飯 さわらの西京焼き もやしの炒め物 胡瓜のサラダ 粕汁 バナナ 679	* ビーフカレー さき身のチーズフライ オクラのおかか和え レモンゼリー 806
間食	まがりせんべい ココアムース ミルクティー	焼きプリンタルト 青りんごゼリー 麦茶	どら焼きカスタード オレンジゼリー レモンティー	源氏パイ ストロベリーゼリー カフェオレ	ととやき レモンゼリー グリーンティー	味しらべ ライチゼリー ミルクティー	* * レモンティー	《セレクト》 ラフランスゼリー カフェオレ	ぼたぼた焼き 杏仁豆腐 グリーンティー	チョイス 抹茶プリン ミルクティー
夕食	ご飯 牛肉のしょうが煮 なすのきんぴら風炒め いんげんの辛子和え 563	ご飯 クリームシチュー カラーピーマンのソーテー きゅうりとコーンのドレ和え 564	ご飯 さばの塩焼 かぼちゃの煮付 大根サラダ 479	ご飯 ビザ風焼き魚 なすの甘辛煮 筍の味噌和え 421	ご飯 塩揚げとれんこんのオイスター炒め かぶの煮物 玉ねぎとカニカマの和え物 479	ご飯 あじの佃煮 長芋の煮物 もずく酢 456	ご飯 牛肉と筍の炒め物 白菜とほたての煮物 胡瓜のマヨネーズ和え 608	ご飯 ぶりの照焼 とうがんのえびあんかけ トマトのマリネ 483	ご飯 鶏肉の梅肉焼き アスパラのソーテー 根みつばと野菜の柚子胡椒和え 509	ご飯 ビザ風焼き魚 セロリと野菜の炒め物 かぶのゆかり和え 386

	11 (木)	12 (金)	13 (土)	14 (日)	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)
朝食	ご飯又はパン みそ汁 ウインナーソーテー とろろ 金山寺味噌 397	ご飯又はパン みそ汁 切り昆布の煮物 春菊のゆず和え 漬物(きゅうり) 303	ご飯又はパン みそ汁 お魚豆腐の煮物 里芋の大豆クリーム煮 漬物(桜漬) 415	ご飯又はパン みそ汁 がんもどきの含め煮 ふきのお浸し ふりかけ(さけ) 355	ご飯又はパン みそ汁 切り昆布の煮付 ほうれん草のわさび和え 漬物(たくあん) 311	ご飯又はパン みそ汁 高野豆腐の含め煮 根みつばと野菜のお浸し もろみ風味噌 325	ご飯又はパン みそ汁 かにつみれの煮物 金時豆 昆布佃煮 404	ご飯又はパン みそ汁 アジの塩焼き オクラのゆかり和え 漬物(しば) 306	ご飯又はパン みそ汁 ひじきの炒り煮 カリフラワーのツナ和え 漬物(かぶ) 371	ご飯又はパン みそ汁 ウインナーソーテー じゃが芋のコーンクリーム煮 ふりかけ(かつお) 386
昼食	* きのこあんかけうどん 炒り豆腐 小松菜の辛子和え コーヒゼリー 579	ご飯 煮込みハンバーグ アスパラガスの炒め物 もやしのピーナッツ和え ポタージュスープ フルーツ(もも、みかん) 573	ご飯 鮭の明太マヨネーズ 大根のそぼろ煮 オクラのポン酢風味 みそ汁 りんごゼリー 513	ご飯 豚肉のねぎ塩焼き ビーフソーテー 春菊のゆず味噌和え みそ汁 ヨーグルト 595	* ちゃんぽん 蒸しシューマイ さつまいもごまドレ和え プリン 676	ご飯 鶏肉のピカタ 茄子の炒め煮 じゃがいもの和え物 みそ汁 フルーツ寒天 656	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 長芋のカレー炒め 小松菜の生姜和え みそ汁 オレンジ 480	《誕生会》	* 牛丼 ビーフソーテー ほうれん草のごま和え みそ汁 バナナ 640	* シーフードカレー もやしとハムのコンソメソーテー なすのおかか和え バインゼリー 534
間食	ソフトエクレア マンゴプリン レモンティー	レモンケーキ ココアムース カフェオレ	ミニたい焼き 青りんごゼリー グリーンティー	* * ミルクティー	さつまいもタルト オレンジゼリー 麦茶	さつまいもタルト ストロベリーゼリー レモンティー	さつまいもタルト レモンゼリー カフェオレ	* * *	《セレクト》 ライチゼリー ミルクティー	焼きドーナツいちご ラフランスゼリー グリーンティー
夕食	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 筍のソーテー 白菜とリンゴの浅漬け風 477	ご飯 ほっけの照り焼き 高野豆腐の卵とじ かぼちゃのごまドレ和え 527	ご飯 揚げ豆腐 ほうれん草の和風炒め 焼きなす 489	ご飯 タラの揚げ焼き れんこんの炒め煮 水菜ときゅうりの和え物 496	ご飯 厚揚げのみそマヨネーズ焼き 筍の煮付 カリフラワーのごまドレ和え 480	ご飯 めばるのごま焼き ごぼうの炒め物 菜の花の辛子和え 429	ご飯 鶏肉と大根の煮物 アスパラガスの炒め物 かぶのゆず和え 416	ご飯 豆腐の五目煮 なすの金平風炒め もやしのわさび和え 507	ご飯 赤魚のおかか葱焼き 若竹煮 胡瓜の中華和え 406	ご飯 豚肉のはちみつレモン焼き アスパラガスの炒め物 春菊のゆず味噌和え 459

	21 (日)	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)	28 (日)	29 (月)	30 (火)
朝食	ご飯又はパン みそ汁 うの花炒り 白菜のゆかり和え 漬物(桜漬) 309	ご飯又はパン みそ汁 高野豆腐の寄せ煮 ブロッコリーの和風ドレ和え	ご飯又はパン みそ汁 五目豆 チンゲン菜のおかか和え	ご飯又はパン みそ汁 切り昆布の煮物 ほうれん草のレモンしょうゆ和え	ご飯又はパン みそ汁 野菜炒め 金時豆 梅びしお 364	ご飯又はパン みそ汁 金平ごぼう 玉ねぎのドレッシング和え	ご飯又はパン みそ汁 卵とハムのソテー マカロニサラダ	ご飯又はパン みそ汁 大根のそぼろ煮 ほうれん草の磯和え	ご飯又はパン みそ汁 うの花炒り セロリと玉ねぎの和え物	ご飯又はパン みそ汁 オムレツ きゅうりとハムのドレ和え ふりかけ(たらこ) 390
昼食	ご飯 カニ玉 金平ごぼう オクラのわさび和え コンソメスープ フルーチェ(みかん) 684	ご飯 鶏肉の卸しょうゆ焼き いとこ煮 ほうれん草のピーナッツ和え 清汁 ゆずゼリー 586	ご飯 揚げ豆腐の肉みそかけ 切干大根の煮付 白菜の浅漬 清汁 フルーツ缶 611	ご飯 照り焼きチキン 和風スパンナー 野菜サラダ コーンチャウダー パパロア(あずき) 741	ご飯 オムレツ～ホワイトソースかけ～ ブロッコリーのソテー 大根サラダ コンソメスープ りんご 609	ご飯 麻婆豆腐 華風炒め かぶの酢の物 ワンタンスープ オレンジゼリー 701	* 焼きそば ちくわの二色揚げ 小松菜のおかか和え 中華スープ コーヒゼリー 598	* 親子丼 白菜の炒め物 ひじきサラダ みそ汁 ヨーグルト 727	ご飯 鮭のムニエル 枝豆とさつま揚げのピリ辛炒め 水菜と野菜のナムル コーンクリームスープ マスカットゼリー 633	* キーマカレー 白菜とえびの炒め煮 じゃがいものマヨネーズ和え ピーチゼリー 657
間食	* レモンティー	クレープチョコ 杏仁豆腐 カフェオレ	雪の宿 抹茶プリン グリーンティー	クリームコンフェ マンゴプリン ミルクティー	バウムクーヘン ココアムース レモンティー	もみじ饅頭 青りんごゼリー カフェオレ	ムーンライト オレンジゼリー グリーンティー	* 麦茶	《セレクト》 ストロベリーゼリー レモンティー	抹茶ワッフル レモンゼリー ミルクティー
夕食	ご飯 あじの生姜煮 里芋の煮付 もずく酢 403	ご飯 野菜つみれとカブの煮物 キャベツの炒め物 れんこんのドレ和え 452	ご飯 豚のバターしょうゆ焼き さつまいもの甘煮 根みつばと玉ねぎの柚子胡椒和え 472	ご飯 赤魚の黄金焼き セロリと野菜の炒め物 もやしの辛子和え 397	ご飯 牛肉のスタミナ炒め 長芋の煮物 茄子の生姜和え 539	ご飯 鶏肉のはちみつレモン焼き もやしの炒め物 枝豆とえびの和え物 496	ご飯 めばるのごま焼き 茄子の炒め煮 春菊のなめたけ和え 396	ご飯 さばのえのきあんかけ 長芋とほたての煮物 オクラのわさび和え 457	ご飯 厚揚げのねぎ味噌焼き 里芋のにっころかし 青菜のピーナッツ和え 484	ご飯 ほっけの照り焼き ほうれん草ととうもろこしの和風炒め もやし辛子和え 378

	31 (水)
朝食	ご飯又はパン みそ汁 切干大根の煮物 菜の花の胡麻和え のりつくだ煮 367
昼食	* 年越しそば いんげんとうもろこしの炒め物 カリフラワーのマヨ和え プリン 648
間食	まがりせんべい ライチゼリー グリーンティー
夕食	ご飯 牛肉のしぐれ煮 かぼちゃの煮付 キャベツの塩昆布和え 520