

月間献立表

令和1年12月

特別養護老人ホーム 新橋さくらの園

								2019年12月1日(日)
朝食		 12月の予定 1日 さくらCafe 25日 クリスマスケーキ 31日 年越しそば その他、 冬至、クリスマス献立 など、予定しています。						米飯 肉団子の照り焼き 白菜旨煮 ぶぶ漬け 味噌汁③ほうれん草、揚げ 牛乳
昼食	B							米飯
	S							チーズオムレツデミグラスソース まかじきのハーブ焼き ブロッコリーサラダ きゃべつのコンソメ煮 コンソメスープ
夕食	B							米飯
	S							秋刀魚の梅煮 ポークソテーおろしソース 大根のそぼろ煮 春菊のごま和え 吸い物
		2019年12月2日(月)	2019年12月3日(火)	2019年12月4日(水)	2019年12月5日(木)	2019年12月6日(金)	2019年12月7日(土)	2019年12月8日(日)
朝食		米飯 厚焼玉子 にんじんとピーマンの胡麻和え 柴漬け 味噌汁②ふ、わかめ 牛乳	食パン&ジャム 半熟風オムレツ マカロニのトマト仕立て セロリミックス コーンクリームスープ 牛乳	米飯 鶏肉と切昆布の旨煮 ちくわとピーマンのきんぴら 梅びしお 味噌汁④キャベツ、人参 牛乳	米飯 焼き鯖 ひじき煮 だいこんとしその実の漬け物 味噌汁⑤じゃがいも、揚げ 牛乳	米飯 畑の肉のしょうが風味 なすの吉野煮 すぐき 味噌汁⑥とうふ、わかめ 牛乳	パンケーキ クリームシチュー フルーツヨーグルト	米飯 鶏肉といんげんの煮物 ピーマンとじゃこのくたくた ぶぶ漬け 味噌汁⑦キャベツ、揚げ 牛乳
昼食	B	米飯 ホキのもろみ焼き	米飯 豚ヒレ肉の味噌焼き	ゆかりごはん おでん	米飯 てごねつくね焼き	米飯 さわらのレモン風味焼き	東京ラーメン コーンシュウマイ	米飯
	S	かに玉風甘酢あんかけ 海老ボールと大根の煮物 春雨の中華風サラダ 味噌汁	白身魚とさつま芋、人参のかき揚げ かぼちゃとなすの煮物 フルーツサラダ コンソメスープ	みかんなます	蒸し魚(きんめ)の野菜がけ 高野豆腐と大根の煮物 きゃべつとハムのフレンチサラダ 吸い物	豆腐ハンバーグのおろしソースがけ 小松菜とハムのごまドレ和え フルーツ(みかん) 味噌汁	杏仁豆腐	さばの塩焼き 筑前煮 揚げ出し豆腐のおろし添え フルーツ(りんご) 味噌汁
夕食	B	米飯 鶏肉のしょうが焼き	米飯 鮭の西京漬け焼き	米飯 鶏肉の西京やき	米飯 めだいの胡麻だれ	米飯 牛皿	米飯 いわしの南蛮漬け	米飯
	S	まがれいのチーズパン粉焼き かぼちゃサラダ 青菜のソテー 吸い物	千草蒸し インカのめざめのじゃがバター ささみときゃべつの和え物 吸い物	魚の竜田揚げおろしあん 白菜とハムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物	豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとし煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物	めばると大根の煮物 もやしの卵とじ きゅうりの酢の物 味噌汁	鶏肉のカラフルあんからめ 春菊しめじののり和え 三色煮豆 吸い物	回鍋肉 かわいいのムニエル焦がしバターソース 青梗菜とホタテの中華和え さつまいものオレンジ煮 中華スープ
		2019年12月9日(月)	2019年12月10日(火)	2019年12月11日(水)	2019年12月12日(木)	2019年12月13日(金)	2019年12月14日(土)	2019年12月15日(日)
朝食		米飯 根菜入りつくね 湯葉の和風サラダ 柴漬け 味噌汁①さといも、あげ 牛乳	食パン&ジャム スクランブルエッグ ロースハム 野菜サラダ コーンクリームスープ 牛乳	米飯 厚焼玉子 ほうれん草の胡麻和え すぐき 味噌汁②ふ、わかめ 牛乳	米飯 納豆 かぼちゃのそぼろ煮 たくあん 味噌汁③ほうれん草、揚げ 牛乳	米飯 高野豆腐の卵とじ ブロッコリーの胡麻和え だいこんとしその実の漬け物 味噌汁④キャベツ、人参 牛乳	米飯 海老つみれの炊合せ あおさ入り玉子焼き なめ茸おろし 味噌汁⑤じゃがいも、揚げ 牛乳	米飯 さつま揚げの炒め煮 クラッシュポテト(椎茸入り) 梅かつお蓮根 味噌汁⑥とうふ、わかめ 牛乳
昼食	B	米飯 エビフライ&カニクリームコロッケ	米飯 鮫鰯トマト煮	米飯 鶏肉のバーベキュー焼き	米飯 てんぷら	米飯 チキンクリームシチュー	米飯 甘鯛粕漬け	ビビンバ
	S	ビーフメンチカツ かぶのコンソメ煮 たくあん 味噌汁	鶏肉クリーム煮 アボカドサラダ フルーツカクテル 味噌汁	シルバーのみりんしょうゆ焼き ちくわの炒り煮 白菜とハムの和え物 味噌汁	茶碗蒸し あさりと水菜のめた 吸い物	魚のかば焼き風 ほうれん草の菜種和え フルーツ(バナナ)	豆腐ハンバーグおろしソース きのこの甘煮 柚子漬け 味噌汁	サムギョブサル 大根サラダ わかめスープ
夕食	B	米飯 ホキのおろし煮	米飯 三元豚のソテーおろし玉ねぎソース	米飯 ぶりの煮付け	米飯 豚肉の西京焼き	米飯 蒸魚(すずき)の野菜あん	米飯 豚肉のハニーマスタードソース	米飯
	S	ゆで豚肉おろしソース なすのはさみ揚げ 京風うの花 吸い物	赤魚のカラフル蒸し 海老団子と野菜の煮物 紅白なます 味噌汁	牛肉のスタミナ焼き 大根と豆腐のでんがく 白菜ときゅうりの和え物 吸い物	さわらの味噌漬け焼き じゃがいものきんぴら 紅白なます 吸い物	酢豚 青梗菜の中華和え ブルーンのレモン紅茶煮 吸い物	メルルーサの梅だれ たまごサラダ コンポート(みかん) コンソメスープ	かに玉甘酢あん さばのジェノバソース きゅうりとアスパラサラダ 玉葱そぼろ炒め 中華スープ
		2019年12月16日(月)	2019年12月17日(火)	2019年12月18日(水)	2019年12月19日(木)	2019年12月20日(金)	2019年12月21日(土)	2019年12月22日(日)

月間献立表

令和 1 年12月

特別養護老人ホーム 新橋さくらの園

朝食		米飯 だいこんと里芋のそぼろあん 卵の花 すぐき 味噌汁⑦キャベツ、揚げ 牛乳	食パン&ジャム 半熟風オムレツ ラタトゥイユ 枝豆とキャベツのソテー風 コーンクリームスープ 牛乳	米飯 肉団子の照り焼き ピーマンと野菜のくたくた だいこんとしその実の漬け物 味噌汁①さといも、あげ 牛乳	米飯 納豆 鶏肉とレンコンの煮物 たくあん 味噌汁②ふ、わかめ 牛乳	米飯 さつまあげスナップエンドウ添え おみ漬け白和え あまのり佃煮 味噌汁④キャベツ、人参 牛乳	サンドイッチ ミネストローネ フルーツヨーグルト	米飯 厚焼玉子 キャベツの酢味噌和え 金時豆 味噌汁③ほうれん草、揚げ 牛乳
昼食	B	米飯 まかじきの磯辺焼き	あんかけうどん 五目金平	米飯 あじの梅干煮 鶏肉と青梗菜の煮浸し 大根とかにかまのマヨネーズ和え 味噌汁	米飯 車麩卵とし 秋刀魚の梅煮 ブロッコリーのベーコンソテー 白菜といんげんの生姜醤油和え 味噌汁	米飯 メルルーサのハーブパン粉焼き 鶏肉のカレーマヨネーズ焼き きのこのバター炒め 金時煮豆 味噌汁	米飯 牛肉とごぼうの卵とし 青ひらすのバターしょうゆ焼き かぶの煮物銀あん 白菜とかにかまの和え物 味噌汁	米飯 ひれかつ エビフライタルタルソース きゃべつのコンソメ煮 たくあん 味噌汁
	S	鶏肉チリソース煮 コーンのサラダ 切り干し大根煮 吸い物	コンポート（もも） 	 	 	 	 	
夕食	B	米飯 ロールキャベツ	米飯 青ひらすの和風ムニエル	米飯 マカロニグラタン キャロットエッグソテー きゅうりとツナのサラダ コンソメスープ	米飯 むつの西京焼き 豚肉の照り焼きおろし玉ねぎソース 五目きんぴら煮 ひじきの白和え 吸い物	米飯 豆腐と野菜の旨煮 あじの塩焼き カリフラワーえびあんかけ 黒糖寒天 味噌汁	米飯 むつのピリ辛照り焼き 玉ねぎ鶏肉のおろし蒸し いんげんとにんじんの炒り煮 笹かまときゅうりのわさび醤油 吸い物	米飯 鶏肉のカレーソース ほきのおろし煮 かぼちゃの甘煮 キャベツの中華サラダ 味噌汁
	S	シルバーの生姜ソース 小松菜とにんじんのチーズソテー クルミ和え 味噌汁	豚肉の韓国焼き なすの田舎煮 野菜の昆布茶和え 中華スープ	 	 	 	 	
		2019年12月23日(月)	2019年12月24日(火)	2019年12月25日(水)	2019年12月26日(木)	2019年12月27日(金)	2019年12月28日(土)	2019年12月29日(日)
朝食		米飯 ぶりのみりんしょうゆ焼き キャベツとコーンのおかか和え すぐき 味噌汁⑤じゃがいも、揚げ 牛乳	食パン&ジャム 肉団子のケチャップ煮 ごぼうサラダ コーンクリームスープ 牛乳	米飯 鶏肉といんげんの煮物 ひじき煮 柴漬け 味噌汁⑥とうふ、わかめ 牛乳	米飯 納豆 キャベツと春雨炒め からし菜おひたし 味噌汁②ふ、わかめ 牛乳	米飯 肉詰めいなりと青梗菜の炊合せ 柚子入り 5 種なます タイ味噌 味噌汁⑦キャベツ、揚げ 牛乳	米飯 肉団子の照り焼き さつまいものそぼろ煮 ぶぶ漬け 味噌汁①さといも、あげ 牛乳	米飯 焼きシシャモ れんこんおかか煮 あおえんどう豆 味噌汁③ほうれん草、揚げ 牛乳
昼食	B	米飯 シルバー柚庵やき	クリスマス もち麦ごはん	米飯 かれいのポッシュオーロラソース カニサラダ はちみつレモンゼリー コンソメスープ	米飯 豚肉の柳川風 黒むつの煮つけ 里芋の煮物ゆず風味 キャベツの梅和え 味噌汁	米飯 チキンカレー たらのムニエル マカロニサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	米飯 きんめだいの煮付 豚肉と野菜のオイスターソース炒め 白菜とハムの中華和え きんぴらごぼう 味噌汁	米飯 豚てき たちうおのごま味噌焼き おから煮 かぶときゅうりの梅和え 中華スープ
	S	豚肉のハニーマスタードソース 昆布豆 青菜の白和え 吸い物	和牛ほほ肉のやわらか煮 白菜すり流し 黒胡椒風味 野菜巾着ミルク餡 モッツアレラチーズ茶碗蒸し トリュフ餡 香の物 デザート スープ	 	 	 	 	
夕食	B	米飯 豚肉の角煮の炊き合わせ	米飯 すずきのみりん醤油焼き	米飯 焼きとり風 メカジキのきのこあんかけ	米飯 鮭のちゃんちゃん焼き 肉豆腐 ほうれん草としめじのおひたし りんごのコンポート 吸い物	米飯 鯖の味噌煮 青椒肉糸 厚揚げのそぼろ煮 いんげんの和え物 吸い物	米飯 麻婆なす 豆腐の味噌炒め しゅうまい カリフラワーの甘酢和え 中華スープ	米飯 鱈の酢豚風 鶏肉のから揚げ 蒸し鶏とブロッコリーの中華和え 杏仁豆腐 中華スープ
	S	たらちり風 かぶのかにあん 白菜ときゅうりの浅漬け 味噌汁	高野豆腐の肉詰め煮 切干大根煮 もずく酢 吸い物	 	 	 	 	
		2019年12月30日(月)	2019年12月31日(火)					
朝食		米飯 根菜入りつくね ピーマンとじゃこのくたくた 柴漬け 味噌汁④キャベツ、人参 牛乳	食パン&ジャム ハムチーズピカタ 野菜サラダ キャベツとセロリのピクルス コーンクリームスープ 牛乳					
昼食	B	米飯 たらの塩麴蒸し	米飯 すき焼き風					
	S	豚肉ときくらげのたまご炒め 揚げなすの和風あんかけ ほうれんそうのナムル 味噌汁	かぼちゃの煮物 小松菜と錦糸卵のお浸し 吸い物					
夕食	B	米飯 鶏肉の葱たれ	年越しそば 白身魚の真丈ぎんあん					
	S	カニと豆腐の旨煮 白菜とハムのソテー たたきれんこん 味噌汁	みかん					

Bは基本食 Sは選択食

毎日の食事から



毎日の食事から、10月の行事食とユニット調理です。

10月の行事食は、北海海鮮丼(右下)。

なかなか生ものを提供しにくいこともあり、大好評。

栗のデザートも喜ばれました。

ユニット調理は秋刀魚の蒲焼丼と、おでん。

秋と冬が混在するラインナップ。

おでんの季節が来たなと季節を感じます・

令和1年12月

特別養護老人ホーム 新橋さくらの園

