特別養護老人ホーム 新橋さくらの園

								,
								2019年12月1日(日)
								米飯
			0 0	0 0	0	_		肉団子の照り焼き
   •	<sub>明</sub>		0		~	. 0		白菜旨煮
								ぶぶ漬け
-	*							
								味噌汁③ほうれん草、揚げ
								牛乳
								米飯
	В							チーズオムレツデミグラスソース
昼	S							
食								ブロッコリーサラダ
		12月の予定						きゃべつのコンソメ煮
			A 4					コンソメスープ
				1日 さく	らCafe	その他、		米飯
	_			25日 クリ	ノスマスケーキ	冬至、クリスマ	フ <del>献さ</del>	
1, 1	В		+ 100 + 100 +					秋刀魚の梅煮
タ	S		++++	<b>》</b> 31日 年越	むしそば	など、予定して	います。	ポークソテーおろしソース
食		-						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)
			食パン&ジャム	米飯	米飯	米飯	パンケーキ	米飯
		厚焼玉子	半熟風オムレツ	鶏肉と切昆布の旨煮	焼き鯖	  畑の肉のしょうが風味		パーペー
車	<sub>i目</sub>			ちくわとピーマンのきんぴら	ひじき煮	なすの吉野煮		ピーマンとじゃこのくたくた
	·····							
5	₹	柴漬け	セロリミックス		だいこんとしその実の漬け物			ぶぶ漬け
		味噌汁②ふ、わかめ	コーンクリームスープ	味噌汁④キャベツ、人参	味噌汁⑤じゃがいも、揚げ 	味噌汁⑥とうふ、わかめ		味噌汁⑦キャベツ、揚げ
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		牛乳
		米飯	米飯	ゆかりごはん	米飯	米飯	東京ラーメン	米飯
	В	ホキのもろみ焼き	豚ヒレ肉の味噌焼き	おでん	てごねつくね焼き	さわらのレモン風味焼き	コーンシュウマイ	さばの塩焼き
昼	S	かに玉風甘酢あんかけ	白身魚とさつま芋、人参のかき揚げ	みかんなます	蒸し魚(きんめ) の野菜がけ	豆腐ハンバーグのおろしソースがけ	杏仁豆腐	筑前煮
食		海老ボールと大根の煮物	かぼちゃとなすの煮物		高野豆腐と大根の煮物	小松菜とハムのごまドレ和え		揚げ出し豆腐のおろし添え
		春雨の中華風サラダ			きゃべつとハムのフレンチサラダ			フルーツ(りんご)
						270 2 (07/3/0)		
		天  画):十	コンハノメマープ		11及し、4約			
		味噌汁 	コンソメスープ	小兒	吸い物	味噌汁	<b>北</b> 省后	味噌汁
	Б	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
夕		米飯	米飯	鶏肉の西京やき	米飯めだいの胡麻だれ	米飯牛皿	いわしの南蛮漬け	米飯 回鍋肉
1 .		米飯 鶏肉のしょうが焼き まがれいのチーズパン粉焼き	米飯 鮭の西京漬け焼き 千草蒸し	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き	米飯 牛皿 めばると大根の煮物	いわしの南蛮漬け <sup>鶏肉のカラフルあんからめ</sup>	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル焦がしバターソース
食		米飯	米飯	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き	米飯 牛皿 めばると大根の煮物	いわしの南蛮漬け	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル焦がしバターソース
食		米飯 鶏肉のしょうが焼き まがれいのチーズパン粉焼き	米飯 鮭の西京漬け焼き 千草蒸し	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き	米飯 牛皿 めばると大根の煮物 もやしの卵とじ	いわしの南蛮漬け 鶏肉のカラフルあんからめ 春菊しめじののり和え	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル焦がしバターソース
食		米飯 鶏肉のしょうが焼き まがれいのチーズパン粉焼き かぼちゃサラダ	米飯 鮭の西京漬け焼き 千草蒸し インカのめざめのじゃがバター	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮	米飯 牛皿 <mark>めばると大根の煮物</mark> もやしの卵とじ	いわしの南蛮漬け 鶏肉のカラフルあんからめ 春菊しめじののり和え	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル集がしバターソース 青梗菜とホタテの中華和え
食	S	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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	米飯 鮭の西京漬け焼き 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	鶏肉の西京やき <mark>魚の竜田揚げおろしあん</mark> 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物	米飯 牛皿 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	いわしの南蛮漬け <mark>鶏肉のカラフルあんからめ</mark> 春菊しめじののり和え 三色煮豆 吸い物	米飯 回鍋肉 かれ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
食	S	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火)	鶏肉の西京やき <mark>魚の竜田揚げおろしあん</mark> 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物	米飯 牛皿 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	いわしの南蛮漬け <mark>鶏肉のカラフルあんからめ</mark> 春菊しめじののり和え 三色煮豆 吸い物	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル集がしバターソース 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
食	S	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 米飯	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パン&ジヤム	鶏肉の西京やき 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 2019年12月11日(水) 米飯	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 米飯	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 米飯	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 米飯	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル集がレバターソース 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15日(日) 米飯
	S	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 米飯 根菜入りつくね	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パン&ジャム スクランブルエッグ	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 米飯 厚焼玉子	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 米飯 納豆	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 米飯 高野豆腐の卵とじ	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 米飯 海老つみれの炊合せ	米飯 回鍋肉 かれ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15日(日) 米飯 さつま揚げの炒め煮
 草	S III	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 米飯 根菜入りつくね 湯葉の和風サラダ	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パン&ジヤム スクランブルエッグ ロースハム	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 米飯 厚焼玉子 ほうれん草の胡麻和え	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 米飯 納豆 かぼちゃのそぼろ煮	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 米飯 高野豆腐の卵とじ ブロッコリーの胡麻和え	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 米飯 海老つみれの炊合せ あおさ入り玉子焼き	米飯 回鍋肉  かれ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15日(日) 米飯 さつま揚げの炒め煮 クラッシュポテト(椎茸入り)
 草	S	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 米飯 根菜入りつくね 湯葉の和風サラダ 柴漬け	米飯 鮭の西京漬け焼き 千草蒸し インカのめぎめのじゃがバター ささみときゃべつの和え物 吸い物 2019年12月10日(火) 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	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 米飯 厚焼玉子 ほうれん草の胡麻和え すぐき	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 米飯 納豆 かぼちゃのそぼろ煮 たくあん	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 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	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 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	米飯 回鍋肉  かれいのムニエル集がしバターソース 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15日(日) 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
 草	S III	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 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	米飯 鮭の西京漬け焼き 千草蒸し インカのめぎめのじゃがバター ささみときゃべつの和え物 吸い物 2019年12月10日(火) 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	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 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	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮いんげんのしょうが醤油和え吸い物 2019年12月12日(木) 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	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 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	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 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	米飯 回鍋肉  かれいのムニエル集がしバターソース 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15日(日) 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
 草	S III	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 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	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 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	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 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 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 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 牛皿 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 2019年12月13日(金) 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	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 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 回鍋肉 かれいのムニエル集がしバターソース 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15日(日) 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
 草	S 明 包	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 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 米飯	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パン&ジヤム 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	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 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	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 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	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 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	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 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	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル集がしパターソース 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15日(日) 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 ビビンバ
東色	S 明 食	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 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	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 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	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 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 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 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	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 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	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 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	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル集がしバターソース 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15日(日) 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
 草	S 明 包	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 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 米飯	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パン&ジヤム 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	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 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	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 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	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 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	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 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	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル集がしバターソース 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15日(日) 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 ビビンバ
東色	S 明 食	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 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 米飯	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パン&ジヤム 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 鮟鱇トマト煮	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 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	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮いんげんのしょうが醤油和え吸い物 2019年12月12日(木) 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 てんぷら	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 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 チキンクリームシチュー	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 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 甘鯛粕漬け 豆腐ハンバーグおろしソース	米飯 回鍋肉  かれいのムニエル焦がしパターソース 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15日(日) 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 ビビンバ サムギョプサル
朝 食	S 明 食	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 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 米飯 エピフライ&カニクリームコロッケ ビーフメンチカツ	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パン&ジヤム 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 鮟鱇トマト煮 鶏肉クリーム煮	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 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 鶏肉のバーベキュー焼き シルバーのみりんしょうゆ焼き	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 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 てんぷら 茶碗蒸し	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 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 チキンクリームシチュー 魚のかば焼き風	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 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 甘鯛粕漬け 豆腐ハンバーグおろしソース	米飯 回鍋肉  がれいのムニエル焦がしパターソース 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15日(日) 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 ビビンバ サムギョプサル 大根サラダ
朝 食	S 明 食	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 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 米飯 エピフライ&カニクリームコロッケ ビーフメンチカツ かぶのコンソメ煮	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パン&ジヤム 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 鮟鱇トマト煮 鶏肉クリーム煮 アボカドサラダ	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 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 鶏肉のバーベキュー焼き シルバーのみりんしょうゆ焼き ちくわの炒り煮	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮いんげんのしょうが醤油和え吸い物 2019年12月12日(木) 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 てんぷら 茶碗蒸し あさりと水菜のぬた	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 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 チキンクリームシチュー 魚のかば焼き風 ほうれん草の菜種和え	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 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 甘鯛粕漬け 豆腐ハンバーグおろしソース きのこの甘煮	米飯 回鍋肉  がれいのムニエル焦がしパターソース 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15日(日) 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 ビビンバ サムギョプサル 大根サラダ
朝 食	S 明 食	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 米飯 根菜入り回くね 湯葉の和風けラダ 柴噌汁①さといも、あげ 牛乳 米飯 エピフライ&カニクリームコロッケ ビーフメンチカツ かぶた、味噌汁	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パン&ジャム スクランブルエッグ ロース サラズ コーンクリームス 学 コーンクリーム 米飯 鮟鱇トマト煮 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	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 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 鶏肉のバーベキュー焼き シルバーのみりんしょうゆ焼き ちくわの炒り煮 白菜と八ムの和え物 味噌汁	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 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 てんぷら 茶碗蒸し あさりと水菜のぬた 吸い物	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 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 チキンクリームシチュー魚のかば焼き風 ほうれん草の菜種和えフルーツ (バナナ)	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 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 甘鯛粕漬け 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	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル焦がしパターソース 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15日(日) 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 ビビンバ サムギョ プサル 大根サラダ わかめスープ
朝 食	S B S	米飯 鶏肉のしょうが焼き 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 2019年12月9日(月) 米飯 根菜入和風けのでは、あげるといも、あげて 牛乳 米飯 エピフライ&カニクリームコロッケ ビーフメンチカツ かぶた、味噌汁 ・味噌汁 ・味噌汁 ・ボークリームコロッケ ドッグ ・味噌汁 ・ボークリームコロッケ ・ボークリームコローム ・ボークト ・ボーク・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パン&ジャム スクラレス カンフルム 野菜リーム 野菜リーム 野菜リーム 野菜リーム 大家鱇トマト煮 アボカリーム煮 アルーツカクテル 味飯 米飯 米飯 米飯 米飯 米飯 米飯 米飯 米	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 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 鶏肉のバーベキュー焼き シルバーのみりんしょうゆ焼き ちくわの炒り煮 白菜と八ムの和え物 味噌汁 米飯	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮いんげんのしょうが醤油和え吸い物 2019年12月12日(木) 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 てんぷら 茶碗蒸し あさりと水 吹い物 米飯	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 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 チキンクリームシチュー魚のかば焼き風ほうれん草の菜種和えフルーツ (バナナ) 米飯	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 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 甘鯛粕漬け 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 米飯	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル焦がしパターソース 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15日(日) 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 ビビンバ サムギョ プサル 大根サラダ わかめスープ
<b>車</b>	S B B	米飯 鶏肉のしょうが焼き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 2019年12月9日(月) 米飯 根菜の和人は、おび、大口のは、おび、生乳 米飯 エピフライ&カニクリームコロッケ ビーフメンチカツ かぶん 味噌汁 米飯 木キのおろし煮	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パン &ジヤム スクランブルム 野菜 リーム が サラグリーム 野菜 トマト煮 窓鱇トマト煮 アボカド カクリーム煮 アルーツカ ドカクテル 味噌汁 米飯 モス豚のソテーおろし玉ねぎソース	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 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 鶏肉のバーベキュー焼き シルバーのみりんしょうゆ焼き ちくわの炒り煮 白菜と八ムの和え物 味噌汁 米飯	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 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 てんぷら 茶碗蒸し あさりと水のなた 吸い物 米飯 豚肉の西京焼き	米飯 牛皿 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 2019年12月13日(金) 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 チキンクリームシチュー魚のかば焼き風ほうれん草の菜種和えフルーツ (バナナ) 米飯 蒸魚(すずき)の野菜あん	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 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 甘鯛粕漬け 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 米飯	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル焦がしパターソース 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15日(日) 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 ビビンバ サムギョプサル 大根サラダ わかめスープ 米飯 かに玉甘酢あん
東食   昼食     夕	S B B	米飯 鶏肉のしょうが焼き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 2019年12月9日(月) 米飯 根菜の和漬けいも、おび 生乳 といも、まび 生乳 というするという という という という はいまない	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パン ブルム 野菜 リーム が サーム が サーム が サーム が サーム が	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 米飯 厚焼玉子 ほうれん草の胡麻和え すぐいい ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮 いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 米飯 納豆 かぼちゃくあん 味噌汁③ほうれん草、揚げ 牛乳 米飯 てんぷ 高さりと 水碗蒸 中吸い物 米飯 豚肉の味噌漬け焼き さわらの味噌漬け焼き	米飯 キ皿 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 2019年12月13日(金) 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 チキンクリームシチュー 魚のかば焼き風 ほうれん草の菜種和え フルーツ (バナナ) 米飯 蒸魚 (すずき) の野菜あん 酢豚	いわしの南蛮漬け 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 2019年12月14日(土) 米飯 海老つみれの炊合せ あおさ入り 古おらし 味噌汁⑤じゃがいも、揚げ 牛乳 米飯 甘鯛粕漬け 豆腐ハンバーグおろしソース きの この 計煮 柚 味噌汁 米飯 豚肉のハニーマスタードソース メルルーサの梅だれ	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル焦がしパターソース 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15日(日) 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 ビビンバ サムギョ プリン 大根 サラダ わかめスープ 米飯 かに玉甘酢あん さばのジェノバソース
<b>車</b>	S B B	米飯 鶏肉のしょうが焼き まがれいのチーズパン粉焼き かぼちゃ サラダ 青菜のい物 2019年12月9日(月) 米 り 取り (月) 米 り 取り (月) 水 の はされる ダ 大 か (本) か (大) が (大) か (	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パランブスリーム 野菜リーム 野球リーム 半飯 寒豚トマト煮 鶏肉クリーム煮 アバーツカクドカリーム アルーツカクドカリーカウテル 味噌 また豚のソテーおろし玉ねぎソース 赤魚のカラフル蒸し 海老団子と野菜の煮物	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 米飯 厚焼玉子 ほうれん草の胡麻和え すぐういい ・中乳 ・米飯 鶏肉のバーベキュー焼き シルバーのみりんしょうゆ焼き ちくわの炒り煮 白菜と八ムの和え物 味噌汁 ・ボリの煮付け 牛肉のスタミナ焼き 大根と豆腐のでんがく	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 米 納豆 かぼちゃく あん 味噌汁③ほうれん草、 揚げ 牛乳 でんぷ 蒸 菜の で変い 水 で いかい 物 米 飯 原の 西京焼き さわらの味噌漬け焼き じゃがいものきんぴら	米飯 キ皿 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 2019年12月13日(金) 米の 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 チキンクリームシチュー魚のかば焼き風ほうれん草の菜種和えフルーツ (バナナ) 米飯 蒸魚(すずき)の野菜あん酢豚	いわしの南蛮漬け 鶏肉のカラフルあんからめ 春菊しめじののり和え 三色素豆 吸い物 2019年12月14日(土) 米飯 海老 つみれの 太子 はい 大き なめ 茸おいい 大部 はいい はい 中乳 サッド・ション はい	米飯 回鍋肉  がれいのムニエル焦がしパターソース 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15日(日) 米飯 さつま揚げの炒め煮 クラッシュポテト(椎茸入り) 梅かであぶ、わかめ 牛乳 ビビョコプリル 大根サラグ わかめスープ 米飯 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
東食   昼食     夕	S B B	米飯 鶏肉のしょうが焼き まがれいのチーズパン粉焼き かぼちゃり切っ 青菜のい物 2019年12月9日(月) 根菜のいりのでは、おいりでは、おいりでは、までは、までは、までは、までは、までは、までは、までは、までは、までは、ま	米飯 鮭の西京漬け焼き 千草蒸し インカのめざめのじゃがバター ささみときゃべの和え物 吸い物 2019年12月10日(火) 食パンシステム スクラースサーム 野マリーム 野なリーム 寒験トマト煮 鶏肉クリドカクドカクドカクドカクドカクドカクドカクドカクドカクドカクドカクドカクドカクド	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 米飯 厚焼玉子 ほうれん草のおかめ 牛乳 米飯 鶏肉のバーベキュー焼き 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 米飯 ボリの和え物 よりの煮付け 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	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 米納 豆 かぼちゃく あん 味噌汁③ほうれん草、 揚げ 牛乳 の で	米飯 キ皿 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 2019年12月13日(金) 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 チキンクリームシチュー 魚のかば焼き風 ほうれん草の菜種和え フルーツ (バナナ) 米飯 蒸魚 (すずき) の野菜あん 酢豚	いわしの南蛮漬け 鶏肉のカラフルあんからめ 春菊しめじののり和え 三色素豆 吸い物 2019年12月14日(土) 米飯 海老 つみれの 太子 はい 大き なめ 茸おいい 大部 はいい はい 中乳 サッド・ション はい	米飯 回鍋肉 かれいのムエエル集がしパターソース 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15日(日) 米飯 さま揚げの炒め煮 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 ビビョプ プリング カかめスープ 米飯 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
東食   昼食     夕	S B B	米飯 鶏肉のしょうが焼き まがれいのチーズパン粉焼き かぼちゃ サラダ 青菜のい物 2019年12月9日(月) 米 り 取り (月) 米 り 取り (月) 水 の はされる ダ 大 か (本) か (大) が (大) か (	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 2019年12月10日(火) 食パランブスリーム 野菜リーム 野球リーム 半飯 寒豚トマト煮 鶏肉クリーム煮 アバーツカクドカリーム アルーツカクドカリーカウテル 味噌 また豚のソテーおろし玉ねぎソース 赤魚のカラフル蒸し 海老団子と野菜の煮物	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 米飯 厚焼玉子 ほうれん草の胡麻和え すぐういい ・中乳 ・米飯 鶏肉のバーベキュー焼き シルバーのみりんしょうゆ焼き ちくわの炒り煮 白菜と八ムの和え物 味噌汁 ・ボリの煮付け 牛肉のスタミナ焼き 大根と豆腐のでんがく	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮いんげんのしょうが醤油和え 吸い物 2019年12月12日(木) 米 納豆 かぼちゃく あん 味噌汁③ほうれん草、 揚げ 牛乳 でんぷ 蒸 菜の で変い 水 で いかい 物 米 飯 原の 西京焼き さわらの味噌漬け焼き じゃがいものきんぴら	米飯 キ皿 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 2019年12月13日(金) 米の 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 チキンクリームシチュー魚のかば焼き風ほうれん草の菜種和えフルーツ (バナナ) 米飯 蒸魚(すずき)の野菜あん酢豚	いわしの南蛮漬け 鶏肉のカラフルあんからめ 春菊しめじののり和え 三色素豆 吸い物 2019年12月14日(土) 米飯 海老 つみれの 太子 はい 大き なめ 茸おいい 大部 はいい はい 中乳 サッド・ション はい	米飯 回鍋肉  がれいのムニエル焦がしパターソース 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15日(日) 米飯 さつま揚げの炒め煮 クラッシュポテト(椎茸入り) 梅かであぶ、わかめ 牛乳 ビビョコプリル 大根サラグ わかめスープ 米飯 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
東食   昼食     夕	B S B S	米飯 鶏肉のしょうが焼き まがれいのチーズパン粉焼き かぼちかい サラダー でいり でいり でいり では でいり でいり でいり できない かい です かい たい はい かい	米飯 鮭の西京漬け焼き 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 物 2019年12月10日(火) 食パラロス サーム チンカー スサー 乳 野 カーム ガース サー 乳 飯 鰊 ト カーカー アルー 中 サーク ドカー カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	鶏肉の西京やき 魚の竜田揚げおろしあん 白菜と八ムの炒め煮 ごぼうのきんぴら 吸い物 2019年12月11日(水) 米飯 厚焼玉子 ほうれん草のおかめ 牛乳 米飯 鶏肉のバーベキュー焼き 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 米飯 ボリの和え物 よりの煮付け 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	米飯 めだいの胡麻だれ 豚肉のみそ焼き かぼちゃのいとこ煮いんげんのしょうが醤油和え吸い物 2019年12月12日(木) 米飯 納豆 そく あん 草、 大の はいかい はいかい はいかい ない かい ない かい ない かい ない かい かい ない かい かい もの ない かい もの ますいい かい もの ますいい かい かい もの ますいい かい かい もの ますいい かい もの ますいい かい かい はい かい もの ますい いい かい もの ますい いい かい はい かい もの ますい いい かい はい かい もの ますい いい かい はい はい かい はい はい かい はい はい かい はい	米飯 キ皿 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 2019年12月13日(金) 米飯 高野豆肉の胡麻和え だいこんとしその実の漬け物 味噌汁④キャベツ、 木館 キ乳 米飯 チキンクリームシチュー 魚のかば焼き風 ほうれん草の菜種和え フルーツ (バナナ) 米飯 蒸魚(すずき)の野菜あん 酢豚 青梗菜のレモンのい物	いわしの南蛮漬け 鶏肉のカラフルあんからめ 春菊しめじののり和え 三色 吸い物 2019年12月14日(土) 米 おいの次子 はまりますがいも、場が 本がいも、場が 中乳 米飯 甘鯛漬け 豆腐ハンバーグおろしソース きの子漬け 味噌汁・「シボークおろしソース きかけまかけまかけまかけまかけまかけまかけまかけまかけまかけまかけまかけまかけます。 豚肉のパニーマスタードソース メルルーサの梅だれ たま、ストリストリストリストリストリストリストリストリストリストリストリストリストリス	米飯 回鍋肉 かれいのムニエル焦がレバターソース 青梗菜とホタテの中華和え さつまいものオレンジ素 中華ス 2019年12月15日(日) 米 が できりから 大乳 アングラッシュポテト(椎茸入り) 神ができる 大乳 アングラッシュポテト(神神・大力を) カカかめ キ乳 アングラッシュ ボックラッシュポテト(神神・大力を) カカかめ カカかめ カカかめ カカかめ カカかめ スープ きゅうりとアスパラサラ を

特別養護老人ホーム 新橋さくらの園

							13772272 67 11.	
		米飯	食パン&ジャム	米飯	米飯	米飯	サンドイッチ	米飯
		だいこんと里芋のそぼろあん	半熟風オムレツ	肉団子の照り焼き	納豆	さつまあげスナップエンドウ添え	ミネストローネ	厚焼玉子
卓	月	卯の花	ラタトゥイユ	ピーマンと野菜のくたくた	鶏肉とレンコンの煮物	おみ漬け白和え	フルーツヨーグルト	キャベツの酢味噌和え
食		すぐき	枝豆とキャベツのソテー風	だいこんとしその実の漬け物	たくあん	あまのり佃煮		金時豆
		味噌汁⑦キャベツ、揚げ	コーンクリームスープ	味噌汁①さといも、あげ	味噌汁②ふ、わかめ	味噌汁④キャベツ、人参		味噌汁③ほうれん草、揚げ
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		牛乳
		米飯	あんかけうどん	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	В	まかじきの磯辺焼き	五目金平	あじの梅干煮	車麩卵とじ	メルルーサのハーブパン粉焼き	牛肉とごぼうの卵とじ	ひれかつ
昼	S	鶏肉チリソース煮	コンポート (もも)	鶏肉と青梗菜の煮浸し	秋刀魚の梅煮	鶏肉のカレーマヨネーズ焼き	青ひらすのバターしょうゆ焼き	エビフライタルタルソース
食		コーンのサラダ		大根とかにカマのマヨネーズ和え	ブロッコリーのベーコンソテー	きのこのバター炒め	かぶの煮物銀あん	きゃべつのコンソメ煮
		切り干し大根煮		味噌汁	白菜といんげんの生姜醤油和え	金時煮豆	白菜とかにかまの和え物	たくあん
		吸い物			味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
		米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	В	ロールキャベツ	青ひらすの和風ムニエル	マカロニグラタン	むつの西京焼き	豆腐と野菜の旨煮	むつのピリ辛照り焼き	鶏肉のカレーソース
タ	S	シルバーの生姜ソース	豚肉の韓国焼き	キャロットエッグソテー	豚肉の照り焼きおろし玉ねぎソース	あじの塩焼き	玉ねぎ鶏肉のおろし蒸し	ほきのおろし煮
食		小松菜とにんじんのチーズソテー	なすの田舎煮	きゅうりとツナのサラダ	五目きんぴら煮	カリフラワーえびあんかけ	いんげんとにんじんの炒り煮	かぼちゃの甘煮
		クルミ和え	野菜の昆布茶和え	コンソメスープ	ひじきの白和え	黒糖寒天	笹かまときゅうりのわさび醤油	キャベツの中華サラダ
		味噌汁	中華スープ		吸い物	味噌汁	吸い物	味噌汁
		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)
		米飯	食パン&ジャム	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
		ぶりのみりんしょうゆ焼き	肉団子のケチャップ煮	鶏肉といんげんの煮物	納豆	肉詰めいなりと青梗菜の炊合せ	肉団子の照り焼き	焼きシシャモ
卓	月	キャベツとコーンのおかか和え	ごぼうサラダ	ひじき煮	キャベツと春雨炒め	柚子入り5種なます	さつまいものそぼろ煮	れんこんおかか煮
Í	₹	すぐき	コーンクリームスープ	柴漬け	からし菜おひたし	タイ味噌	ぶぶ漬け	あおえんどう豆
		味噌汁⑤じゃがいも、揚げ	牛乳	味噌汁⑥とうふ、わかめ	味噌汁②ふ、わかめ	味噌汁⑦キャベツ、揚げ	味噌汁①さといも、あげ	味噌汁③ほうれん草、揚げ
		牛乳		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
		米飯	クリスマス	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	В	シルバー柚庵やき	もち麦ごはん	かれいのポッシュオーロラソース	豚肉の柳川風	チキンカレー	きんめだいの煮付	豚てき
昼	S	豚肉のハニーマスタードソース	和牛ほほ肉のやわらか煮 白菜すり流し 黒胡椒風味	カニサラダ	黒むつの煮つけ	たらのムニエル	豚肉と野菜のオイスターソース炒め	たちうおのごま味噌焼き
食		昆布豆	野菜巾着ミルク餡	はちみつレモンゼリー	里芋の煮物ゆず風味	マカロニサラダ	白菜とハムの中華和え	おから煮
		青菜の白和え	モッツァレラチーズ茶碗蒸し トリュフ餡	コンソメスープ	キャベツの梅和え	フルーツヨーグルト	きんぴらごぼう	かぶときゅうりの梅和え
		吸い物	香の物 デザート スープ		味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	中華スープ
		米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	В	豚肉の角煮の炊き合わせ	すずきのみりん醤油焼き	焼きとり風	鮭のちゃんちゃん焼き	鯖の味噌煮	麻婆なす	鱈の酢豚風
タ	S	たらちり風	高野豆腐の肉詰め煮	メカジキのきのこあんかけ	肉豆腐	青椒肉糸	豆腐の味噌炒め	鶏肉のから揚げ
食		かぶのかにあん	切干大根煮	きゅうりとはるさめの和え物	ほうれん草としめじのおひたし	厚揚げのそぼろ煮	しゅうまい	蒸し鶏とブロッコリーの中華和え
		白菜ときゅうりの浅漬け	もずく酢	でんがく	りんごのコンポート	いんげんの和え物	カリフラワーの甘酢和え	杏仁豆腐
		味噌汁	吸い物	味噌汁	吸い物	吸い物	中華スープ	中華スープ
		2019年12月30日(月)	2019年12月31日(火)					
		米飯	食パン&ジャム	毎日の食事から				
		担苛しいつくわ	ハルイ ブピカク	ずロツ及事ル"り				

## 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・





Bは基本食 Sは選択食

根菜入りつくね

ピーマンとじゃこのくたくた

|味噌汁④キャベツ、人参| コーンクリームスープ

揚げなすの和風あんかけ 小松菜と錦糸卵のお浸し

柴漬け

牛乳

米飯

たらの塩麹蒸し

豚肉ときくらげのたまご炒め

ほうれんそうのナムル

味噌汁 米飯

鶏肉の葱たれ

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

朝

食

В

В

S

昼

食

夕

食

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

牛乳

米飯

すき焼き風

かぼちゃの煮物

吸い物

年越しそば

白身魚の真丈ぎんあん

みかん