# 令和5年 12月 献立予定表

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | 1 | 2 |
| | | | | | 焼うどん<br>ほうれん草ともやしのナムル<br>フルーツ〔オレンジ〕<br>卵スープ | ご飯<br>豚肉のゆず生姜炒め<br>冬瓜のくず煮<br>フルーツ〔りんご〕<br>味噌汁 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| ご飯<br>フライ2種盛り<br>ジャーマンポテト<br>フルーツ〔キウイ〕<br>コンソメスープ | ご飯<br>おでん5点盛り<br>里芋の煮物<br>フルーツ〔洋梨〕<br>味噌汁 | 麦ご飯<br>銀だらの照り焼き<br>根菜の筑前煮<br>フルーツ〔黄桃〕<br>味噌汁 | かにチャーハン<br>海鮮焼売・春巻き<br>青菜ともやしの中華和え<br>杏仁フルーツ<br>春様スープ | ご飯<br>かつとじ<br>ふろふき大根<br>フルーツ〔マンゴー〕<br>お吸い物 | 味噌ラーメン<br>水餃子<br>フルーツ〔黄桃〕 | ビーフカレー<br>福神漬<br>卵とブロッコリーのサラダ<br>フルーツ〔オレンジ〕<br>コンソメスープ |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| ご飯<br>赤魚の揚げ浸し<br>鶏肉と大根の炒め煮<br>フルーツ〔パイン〕<br>味噌汁 | 麦ご飯<br>白身魚の南蛮漬け<br>かぶの信田煮<br>フルーツ〔黄桃〕<br>お吸い物 | ご飯<br>鶏肉のクリーム煮<br>マカロニ彩りサラダ<br>フルーツ〔マンゴー〕<br>コンソメスープ | ご飯<br>八宝菜<br>餃子<br>杏仁豆腐<br>卵スープ | ひじきご飯<br>揚げだし豆腐<br>さつま揚げと青菜の煮物<br>フルーツ〔洋梨〕<br>お吸い物 | ご飯<br>銀鱈の照り焼き<br>高野豆腐の炊き合わせ<br>フルーツ〔りんご〕<br>すまし汁 | 生姜あんかけうどん<br>鶏の唐揚げ<br>白菜のゆかり和え<br>フルーツ〔メロン〕 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| ご飯<br>肉豆腐<br>じゃが芋のたらこ炒め<br>フルーツ〔キウイ〕<br>味噌汁 | ご飯<br>たらの菜種焼き<br>マカロニのクリーム煮<br>フルーツ〔黄桃〕<br>コンソメスープ | ご飯<br>回鍋肉<br>焼売<br>フルーツ〔マンゴー〕<br>中華スープ | 麦ご飯<br>メンチカツ<br>じゃが芋の煮っころがし<br>フルーツカクテル<br>味噌汁 | 牛丼<br>冬瓜のかにあんかけ<br>フルーツ〔みかん〕<br>けんちん汁 | 和風スパゲッティ<br>コールスローサラダ<br>フルーツ〔りんご〕<br>コンソメスープ | ご飯<br>味の南蛮漬け<br>二色和え<br>フルーツ〔バナナ〕<br>味噌汁 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| ご飯<br>黄金カレイの照り煮<br>金平ごぼう<br>フルーツ〔キウイ〕<br>味噌汁 | ロールパン<br>ブラウンシチュー<br>星型コロッケ<br>コールスローサラダ<br>フルーツ〔オレンジ〕<br>コンソメスープ | 三色丼<br>茄子の生姜和え<br>フルーツ〔洋梨〕<br>味噌汁 | ご飯<br>金目鯛の煮付け<br>大豆とひじきの煮物<br>フルーツ〔みかん〕<br>味噌汁 | ご飯<br>鶏肉の梅肉焼き<br>あさりと青菜の塩炒め<br>柚子ムース<br>味噌汁 | ポークカレー<br>福神漬<br>ミモザサラダ<br>フルーツ〔キウイ〕<br>コンソメスープ | ご飯<br>鶏肉のタルタルソース焼き<br>じゃが芋とツナの炒め物<br>フルーツ〔りんご〕<br>味噌汁 |
| 31 | | | | | | |
| えび天そば<br>あさりと菜の花の酢みそがけ<br>フルーツ〔こゆず〕 | | | | | | |