

12月献立予定表

	★	★	★	★	★	★	★	12/1(土)
昼								ご飯・味噌汁 チキンカツ 根菜のたらこ煮 果物(みかん)
夕								ご飯・味噌汁 赤魚の塩焼き ぜんまいの煮物 ふわふわ卵のあんかけ

	12/2(日)	12/3(月)	12/4(火)	12/5(水)	12/6(木)	12/7(金)	12/8(土)
昼	ご飯・味噌汁 かれのい照り焼き 南瓜の含め煮 菜の花ときくらげのおろし和え	ご飯・味噌汁 マーボーなす バンサンシー さつまいもの甘煮	ご飯・すまし汁 鮭の味噌マヨネーズ焼き 根菜の煮物 卵寒天	ご飯・味噌汁 豚肉の高菜炒め 高野しのだの煮物 果物	ご飯・味噌汁 鶏肉のチーズ風味焼き もやしとピーマンの卵炒め 杏仁フルーツ	ご飯・スープ 鶏と白菜のクリーム煮 青菜の辛子和え マンゴー	ご飯・味噌汁 サバの柚子塩焼き チンゲン菜と油揚げの煮浸し 茶碗蒸し
夕	ご飯・味噌汁 ロールキャベツ マカロニサラダ ほうれん草のしらす和え	ご飯・味噌汁 さんまの揚げ煮 洋風肉じゃが キャベツのピーナツ和え	ご飯・味噌汁 彩りしんじょ れんこんと豚肉の炒め煮 白菜と人参のごま和え	ご飯・スープ 白身魚フライ 煮浸し 春雨の酢の物	ご飯・味噌汁 ほっけの漬け焼き マーボー春雨 大根サラダ(マヨネーズ)	ご飯・味噌汁 赤魚のさっぱりだれ 卵炒め 根菜のカレー煮	ご飯・味噌汁 豚肉の生姜焼き ほうれん草とツナのサラダ すき昆布煮

	12/9(日)	12/10(月)	12/11(火)	12/12(水)	12/13(木)	12/14(金)	12/15(土)
昼	ご飯・すまし汁 豚玉煮 青菜のお浸し 牛乳寒天	ご飯・味噌汁 鶏肉の中華炒め 塩昆布和え 金時豆	ご飯・味噌汁 かれのい漬け焼き 南瓜と鶏肉の煮物 ぜんまいの和え物	ご飯・スープ おろしハンバーグ 根菜のコンソメ煮 フルーツヨーグルト	ご飯・味噌汁 鶏肉幽庵焼き マセドアンサラダ 金平ごぼう	ご飯・味噌汁 さんまの塩焼き 筑前煮 果物	ご飯・味噌汁 肉豆腐 ツナ和え ふわふわ卵
夕	ご飯・納豆汁 かれのい田楽 豆腐の田楽 黒豆なます	ご飯・味噌汁 タラの煮付け ジャーマン南瓜 やわらかしゅうまい	ご飯・すまし汁 メンチカツ フレンチサラダ じゃがいもの煮物	ご飯・味噌汁 鮭のネギ味噌焼き 青菜の煮浸し ポテトサラダ	ご飯・味噌汁 赤魚の粕漬焼き 切干大根煮 白和え	ご飯・味噌汁 豚キムチ シーザーサラダ スパニッシュオムレツ	ご飯・味噌汁 クリームコロッケ 肉詰めいなの煮物 オーロラサラダ

	12/16(日)	12/17(月)	12/18(火)	12/19(水)	12/20(木)	12/21(金)	12/22(土)
昼	ご飯・味噌汁 サバの味噌煮 南瓜と高野しのだの煮物 揚げ茄子のおろし和え	ご飯・すまし汁 鶏つくね ひじき炒り煮 ポテトサラダ	ご飯・スープ カレー 大根サラダ 果物	ご飯・味噌汁 さんまの甘辛煮 キャベツのドレッシング和え 杏仁フルーツ	ご飯・味噌汁 タラの梅あんかけ 三角いなの煮物 青菜の磯和え	ご飯・味噌汁 肉団子 マカロニサラダ 大根のカニかまあん	ご飯・味噌汁 さわらの西京焼き けんちん炒め 中華サラダ
夕	ご飯・味噌汁 肉団子酢豚風 菜の花の辛子和え 鶏五目豆	ご飯・味噌汁 ホッケの漬け焼き ほうれん草バターソテー マカロニサラダ	ご飯・味噌汁 さばの塩焼き キャベツとちくわのみそマヨネーズ和え じゃがいもの煮物	ご飯・すまし汁 豚肉とチンゲン菜の卵炒め がんと里芋の煮物 なます	ご飯・味噌汁 豚と大根の煮物 コールスローサラダ 炒り卵と菜の花の和え物	ご飯・味噌汁 白身フライ ふきと豚肉の炒め煮 冬至かぼちゃ	ご飯・味噌汁 肉じゃが オクラのなめたけ和え 枝豆そぼろ

	12/23(日)	12/24(月)	12/25(火)	12/26(水)	12/27(木)	12/28(金)	12/29(土)
昼	ご飯・味噌汁 かれのい漬け焼き 卵炒め 青菜と菊のくすみ和え	ご飯・味噌汁 鮭の煮付け ブロッコリーのカレーマヨサラダ 揚げだし豆腐	ご飯・トマトスープ 照り焼きチキン シーフードサラダ フルーツポンチ	ご飯・かき玉汁 酢豚 キャベツのオニオンドレッシング 果物(洋なし)	ご飯・味噌汁 ブリの照り焼き フロccoliりとツナの青じそドレッシング和え ひじき炒り煮	ご飯・スープ(ポテト) 鶏のみそ粕焼き 金平ごぼう ポテトサラダ	ご飯・味噌汁 かにたま 青菜の煮浸し 根菜のカレー煮
夕	ご飯・すまし汁 松風焼き 春雨サラダ さつまいもの煮物	ご飯・味噌汁 からあげ キャベツとちくわの炒め物 青菜とあさりの生姜浸し	ご飯・味噌汁 サーモングリル 白菜とベーコンの旨煮 ほうれん草のおかか和え	ご飯・味噌汁 焼き鮭 根菜の粕煮 やわらかしゅうまい	ご飯・味噌汁 マーボーなす キャベツとカニかまのサラダ 厚焼き卵	ご飯・すまし汁 さんまの甘辛煮 オクラともやしの梅和え 里芋そぼろ煮	ご飯・味噌汁 おでん チャンプルー風炒め もずく酢

	12/30(日)	12/31(月)
昼	ご飯・味噌汁 にしんとふきの煮付け 五目煮 果物(みかん)	ご飯・すまし汁 鮭の塩焼き 切干大根煮 卵の花
夕	ご飯・味噌汁 とんかつ 根菜のコンソメ煮 山芋とオクラのゆずポン和え	ご飯・年越しそば 天ぷら ごま豆腐 チンゲン菜のわさび和え

※献立は、食材の納入状況や季節食材の使用により変更になる場合があります。



庄内まちづくり協同組合 虹
配食センター味彩
TEL 24-0010
FAX 33-8800