

# 12月献立予定表



	(日)	(月)	12月1日 (火)	12月2日 (水)	12月3日 (木)	12月4日 (金)	12月5日 (土)
昼			ご飯・味噌汁 チキンカツ 根菜のたらこ煮 果物(みかん)	ご飯・味噌汁 かれのいの照り焼き 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 さつま芋の甘煮	ご飯・味噌汁 鶏肉朝鮮焼き 青菜と油揚げの煮びたし 金平ごぼう	ご飯・味噌汁 豚肉の高菜炒め 高野しのだの煮物 果物
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	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 赤魚の粕漬焼き 切干大根煮 白和え	ご飯・スープ 白身魚フライ 煮浸し 春雨の酢の物

	12月6日 (日)	12月7日 (月)	12月8日 (火)	12月9日 (水)	12月10日 (木)	12月11日 (金)	12月12日 (土)
昼	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・スープ 鶏と白菜のクリーム煮 リャンパンサンサー マンゴー	ご飯・味噌汁 サバの柚子塩焼き 一口がんもの煮物 茶碗蒸し	ご飯・すまし汁 豚玉煮 青菜のお浸し 牛乳寒天	ご飯・味噌汁 鶏肉の黒酢炒め 塩昆布和え 金時豆	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 かれのいの漬焼き 鶏じゃが ぜんまいの和え物
夕	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・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 豚肉の生姜焼き ほうれん草とツナのサラダ すき昆布煮	ご飯・納豆汁 かれのいの田楽 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・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・すまし汁 メンチカツ フレンチサラダ じゃがいもの煮物

	12月13日 (日)	12月14日 (月)	12月15日 (火)	12月16日 (水)	12月17日 (木)	12月18日 (金)	12月19日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 鶏肉の西洋焼 もやしとピーマンの卵炒め 杏仁フルーツ	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	ご飯・味噌汁 サバの味噌煮 枝豆がんもの煮物 揚げ茄子のおろし和え	ご飯・味噌汁 鶏つくね ひじき炒り煮 果物(バナナ)	ご飯・味噌汁 すき焼きコロック キャベツと竹輪のみそマヨ和え 葱入り卵巻き	ご飯・味噌汁 カマンベールチーズフライ 大根サラダ 果物
夕	ご飯・味噌汁 ほっけの漬焼き マーボー春雨 大根サラダ(マヨネーズ)	ご飯・味噌汁 豚キムチ シーザーサラダ 蒸し卵	ご飯・味噌汁 クリームコロック 肉詰めいなりの煮物 オーロラサラダ	ご飯・味噌汁 八宝菜 菜の花の辛子和え 鶏五目豆	ご飯・味噌汁 ホッケの漬焼き ほうれん草バターソテー エッグサラダ	ご飯・すまし汁 豚肉とチンゲン菜の卵炒め がんもと里芋の煮物 なます	ご飯・味噌汁 さんまの塩焼き キャベツのドレ和え じゃがいもの煮物

	12月20日 (日)	12月21日 (月)	12月22日 (火)	12月23日 (水)	12月24日 (木)	12月25日 (金)	12月26日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 タラの梅あんかけ 三角いなりの煮物 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	ご飯・味噌汁 かれのいの漬焼き 卵炒め 青菜と菊のくるみ和え	ご飯・味噌汁 鮭の煮付け キャベツと竹輪の炒め物 揚げだし豆腐	ご飯・オニオンスープ 照り焼きチキン マセドアンサラダ 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 果物(洋なし)
夕	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 枝豆そばろ	ご飯・すまし汁 かにたま 春雨サラダ さつまいもの煮物	ご飯・味噌汁 エビフライ カレーマヨサラダ 青菜とあさりの生姜浸し	ご飯・味噌汁 星のコロック 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

	12月27日 (日)	12月28日 (月)	12月29日 (火)	12月30日 (水)	12月31日 (木)
昼	ご飯・味噌汁 ブリの照り焼き ブロッコリーのさっぱり和え 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 コロック 青菜の煮浸し 根菜のカレー煮	ご飯・味噌汁 鱈のみぞれ煮 五目和え 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 マーボーなす キャベツのサラダ 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 里芋そばろ煮	ご飯・味噌汁 チャンプルー風炒め ひとくちおでん もずく酢	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	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

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

※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ございます。