

12月献立予定表



	器 (日)	器 (月)	器 (火)	器 (水)	器 (木)	12月1日 (金)	12月2日 (土)
昼						ご飯・味噌汁 かれないの照り焼き わらびの炒め物 青菜ともって菊のくるみ和え	ご飯・味噌汁 鶏肉照り焼き 青菜と油揚げの煮びたし えびしゅうまい
夕						ご飯・味噌汁 ロールキャバツ マカロニサラダ さつまいも煮	ご飯・味噌汁 赤魚の粕漬け焼き 高野しのだの煮物 白和え

	12月3日 (日)	12月4日 (月)	12月5日 (火)	12月6日 (水)	12月7日 (木)	12月8日 (金)	12月9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 マーボーなす パンサンシー 栗南瓜	うどん (豚肉の高菜炒め) 切り干し大根の煮物 果物	ご飯・味噌汁 サバのゆず塩焼き 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 リャンパンサンスー 卵寒天	ご飯・味噌汁 豚肉の生姜焼き 卵サラダ すき昆布煮	ご飯・すまし汁 からあげ 青菜のお浸し 牛乳寒天
夕	ご飯・味噌汁 ほきの塩焼き ぜんまいの煮物 ふわふわ卵のあんかけ	ご飯・味噌汁 さばの揚げ煮 洋風肉じゃが キャバツのピーナツ和え	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 南瓜コロッケ 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 鮭の塩焼き 根菜の煮物 マンゴー	ご飯・味噌汁 赤魚のさっぱりダレ 一口がんもの煮物 茶碗蒸し	ご飯・納豆汁 かれないの田楽 豆腐の田楽 黒豆なます

	12月10日 (日)	12月11日 (月)	12月12日 (火)	12月13日 (水)	12月14日 (木)	12月15日 (金)	12月16日 (土)
昼	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 ほっけの漬け焼き 青菜の煮びたし ぜんまいの和え物	ご飯・味噌汁 豚肉の黒酢炒め 塩昆布和え やわらかしゅうまい	ご飯・味噌汁 肉団子 もやしとピーマンの卵炒め 杏仁フルーツ	ご飯・味噌汁 肉豆腐 ツナ和え ふわふわ卵	ご飯・味噌汁 カレー 大根サラダ 果物	ご飯・味噌汁 ほきの野菜あんかけ 筑前煮 果物
夕	ご飯・味噌汁 豚玉煮 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	ご飯・味噌汁 イカフライ ジャーマン南瓜 煮豆	ご飯・味噌汁 だらの煮つけ マーボー春雨 大根サラダ(マヨネーズ)	ご飯・味噌汁 クリームコロッケ 肉詰めいなりの煮物 オーロラサラダ	ご飯・味噌汁 さばの塩焼き キャバツのドレ和え 揚げだし豆腐	ご飯・味噌汁 豚キムチ シーザーサラダ 蒸し卵

	12月17日 (日)	12月18日 (月)	12月19日 (火)	12月20日 (水)	12月21日 (木)	12月22日 (金)	12月23日 (土)
昼	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 すき焼きコロッケ キャバツと竹輪のみそマヨ和え 花五目卵巻き	ご飯・味噌汁 タラの梅あんかけ 卵炒め 青菜の磯和え	味噌ラーメン (野菜炒め) 焼き餃子 果物(バナナ)	ご飯・味噌汁 南瓜コロッケ けんちん炒め 中華サラダ	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 イカフライ 高野しのだの煮物 青菜と菊のくるみと和え
夕	ご飯・味噌汁 八宝菜 小松菜の辛子和え 鶏五目豆	ご飯・すまし汁 豚肉とチンゲン菜の卵炒め 三角いなりの煮物 なます	ご飯・味噌汁 豚と大根の煮物 コールスローサラダ 炒り卵と青菜の和え物	ご飯・味噌汁 ホッケの漬け焼き ほうれん草バターソテー エッグサラダ	ご飯・味噌汁 酢豚 オクラのなめたけ和え 枝豆そぼろ	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・すまし汁 かにたま 春雨サラダ さつまいもの煮物

	12月24日 (日)	12月25日 (月)	12月26日 (火)	12月27日 (水)	12月28日 (木)	12月29日 (金)	12月30日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き キャバツとちくわの炒め物 ひじき煮	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・味噌汁 牛肉コロッケ 青菜の煮浸し 根菜のカレー煮	ご飯・味噌汁 マーボーなす キャバツのサラダ 厚焼き卵	ご飯・味噌汁 肉じゃが キャバツのオニオンドレ 果物(洋なし)	うどん (鱈のみぞれ煮) 五目和え 果物(みかん)	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
夕	ご飯・味噌汁 星のコロッケ カレーマヨサラダ 青菜とあさりの生姜浸し	ご飯・味噌汁 エビフライ 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 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 ブリの照り焼き ブロッコリーのさっぱり和え 揚げだし豆腐	ご飯・味噌汁 さばの塩焼き 根菜の粕煮 やわらかしゅうまい	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・すまし汁 ほっけの生姜煮 オクラともやしの梅和え 里芋そぼろ煮

	12月31日 (日)
昼	ご飯・すまし汁 鮭の塩焼き 切干大根煮 卵の花
夕	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