

献立表

現 場：サンホームふじみ
期 間：2018/12/16～2018/12/31

	日 16	月 17	火 18	水 19	木 20	金 21	土 22
朝食	御飯 エノキと青菜の炒め煮 黒豆煮 味噌汁(大根、葱)	御飯 ソーセージと野菜の煮物 オムレツ 味噌汁(麩、白菜)	御飯 大根旨煮 葱納豆 味噌汁(エノキ、キャベツ)	御飯 キャベツの煮物 ウインナー 味噌汁(ナメコ、油揚げ)	御飯 白菜と生揚げの煮物 玉子焼き 味噌汁(大根、ワカメ)	御飯 きんぴらごぼう 納豆山かけ 味噌汁(トロコブ、小松菜)	御飯 里芋と大根の煮物 ししゃも甘露煮 味噌汁(葱、豆腐)
昼食	寿司バイキング にぎり寿司 茶碗蒸し がんと野菜の含め煮	御飯 豚しょうが焼き 大根の和風サラダ 漬物(はくさい) りんご 味噌汁(油揚げ、シメジ)	魚介のカレーライス ハムとブロッコリーのサラダ 漬物(福神漬) フルーツヨーグルト ワカメスープ	とろろそば 豆腐舞茸ふんわり天 ほうれん草のごま和え	チャーハン エビ子リ 春雨サラダ 蟹焼売 杏仁フルーツ 青梗菜のスープ	ミックスサンドイッチ ロールキャベツ 魚介のサラダ ごつまいもレモン煮 りんご きのこのスープ	炊き込みごはん 海老と冬野菜のかき揚げ 南瓜のいとこ煮 小松菜のお浸し ゆずゼリー 豚汁
夕食	御飯 筑前煮 いんげんのサラダ 漬物(きゅうり) 粕汁	御飯 鮭の酒蒸し 小松菜と玉子の炒め物 里芋の柚子味噌かけ 粕汁	御飯 鶏肉と野菜の玉子焼き ごぼうサラダ 青梗菜の煮びたし	御飯 豚肉と大豆のトマト煮 アスパラの炒め物 かぼちゃのサラダ	御飯 鯖の塩焼き 里芋の田楽 ブロッコリーごま和え	御飯 鶏つくね甘辛煮 たまご豆腐 ほうれん草の和え物	御飯 白菜寄鍋風 いんげんのツナサラダ 野菜菜漬け
5時	クリスマス 和菓子	喫茶室ポピー	飲み物	選べるおやつ	おまんじゅう	デザートムース	煎餅
	23	24	25	26	27	28	29
朝食	御飯 がんと野菜の煮物 きのこのたまご焼き 味噌汁(キャベツ、トロコブ)	御飯 かぶとはんぺんの煮物 昆布豆 味噌汁(ナメコ、玉葱)	御飯 4色きんぴら 青海苔納豆 味噌汁(白菜、葱)	御飯 ひじき五目煮 だし巻きたまご 味噌汁(大根、エノキ)	御飯 高野豆腐含め煮 いわしの柚子味噌煮 味噌汁(ジャガイモ、葱)	御飯 大根とサツマアゲの煮物 胡麻納豆 味噌汁(ナメコ、玉葱)	御飯 生揚げの煮物 さんまの甘露煮 味噌汁(わかめ、ジャガイモ)
昼食	御飯 肉じゃが 春菊ときのこのポン酢和え 胡麻豆腐	赤飯 鶏肉の炭火焼 粉ふき手 マカロニサラダ みかん	ハヤシライス ブロッコリーのサラダ オムレツ キウイとモモ	麦入り御飯 秋刀魚の竜田揚げ 白花豆 長芋とろろ バナナ	御飯 豚肉と青梗菜味噌炒め 野菜の和え物 あみの佃煮 りんご のつべい汁	御飯 肉豆腐 きのこ野菜の炒め ほうれん草の和え物 みかん 味噌汁(あざり、里芋)	御飯 鶏の治部煮 春雨サラダ 薩摩芋レモン風味 フルーツボンチ 味噌汁(油揚げ、葱)
夕食	御飯 ブリ大根 白和え 漬物(しば漬) 味噌汁(麩、白菜)	御飯 八宝菜 棒々鶏 シュウマイ 豆腐のスープ	ゆかりごはん 鶏肉と大根の旨煮 ほうれん草のお浸し もずく三杯酢	御飯 豚肉とキャベツの煮物 あんかけ豆腐 小松菜ピーナツ和え	御飯 鶏肉と野菜のクリームシチュー キャベツサラダ スクランブルエッグ	御飯 白身魚の蒸焼き にらとたまごの炒め物 もやし和風サラダ	御飯 ざけ大根粕煮 里芋田楽 小松菜からし和え
5時	お楽しみ(ケーキとフルーツ)	誕生会	飲み物	選べるおやつ	お好み焼き	ミニあんぱん	ココアプリン
	30	31					
朝食	御飯 ソーセージと野菜の煮物 オムレツ 味噌汁(ジャガイモ、麩)	御飯 かぶとがんと野菜の煮物 ウインナー 味噌汁(大根、トロコブ)					
昼食	御飯 煮込ハンバーグ 南瓜のソテー 海藻サラダ	選択食年越蕎麦(エビ・カキアゲ) 温泉たまご ほうれん草のお浸し					
夕食	御飯 海老と豆腐の子リソース ナムル 焼き餃子	わかめごはん ちゃんこ鍋 ポテトサラダ 野菜の浅漬け					

	あざりと葱のスープ					
3 時	ゼリー	みかん・甘酒				