

献立表

会場：サンホームふじみ  
 期 間：2019/12/1～2019/12/15

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
朝食	御飯 ウイナーと野菜のコンソメ煮 ミニオムレツ 味噌汁(ネレンソウ、麩)	御飯 車麩の煮付け 昆布豆 味噌汁(里芋、豆腐)	御飯 白菜とハハンの煮物 オクラ納豆 味噌汁(葱、大根)	御飯 高野豆腐合め煮 イワシ生姜煮 味噌汁(ワカ、エノキ)	御飯 ジャガイモとアサリの煮物 ミートオムレツ 味噌汁(油揚げ、大根)	御飯 切干大根の煮物 しらす納豆 味噌汁(里芋、豆腐)	御飯 ブロッコリーとツナの煮物 ウイナー 味噌汁(キャベツ、麩)
昼食	御飯 どんかつ かぶとブロッコリー煮物 漬物(たくあん)	御飯 八宝菜 もやしの中華和え ガーサイ 杏仁フルーツ にらスープ	御飯 キノコのデミグラスハンバーグ ネレンソウとコーンの炒め マカロニサラダ りんごの赤ワイン煮 パンダキンクームタージュ	麦入り御飯 筑前煮 春巻の白和え たまごとうふ 梓 とろろ汁	御飯 サケの塩焼き ひじき五目煮 小松菜のお浸し キウイとモモ 味噌汁(なめこ、白菜)	御飯 ロールキャベツ 粉ふき芋 ごぼうサラダ フルーツグルト ワカメスープ	御飯 牡蠣フライ がんもど野菜の煮物 もずくあえ物 ぶどう 味噌汁(小松菜、大根)
夕食	御飯 サバの味噌煮 ポテトサラダ 小松菜海苔和え けんらん汁	わかめ御飯 おでん 舞茸とハハンの炒め ほうれん草のごま和え	御飯 鶏水たき 里芋の田楽 めかぶのあえ物	御飯 田鍋肉 ブロッコリーのサラダ 海老餃子	にんじん御飯 豚肉とキノコのフリクション 南瓜のソテー キャベツのサラダ	御飯 サンマの蒲焼き 卵の花の炒り煮 春巻ときのこのあえ物	御飯 豚角煮 野菜炒め 青菜と伊豆貝のあえ物
3時	おまんじゅう		飲み物	選べるおやつ			
	8	9	10	11	12	13	14
朝食	御飯 里芋と大根の煮物 ししゃも甘露煮 味噌汁(シメジ、トコロコ)	御飯 キノコと厚揚げの煮物 芋五目玉子焼き 味噌汁(ネレンソウ、葱)	御飯 サツマアガとキャベツの煮物 オクラ納豆 味噌汁(大根、麩)	御飯 五目煮豆 練の甘露煮 味噌汁(ジャガイモ、コマツナ)	御飯 4色きんぴら だしまきたまご 味噌汁(エノキ、ニラ)	御飯 ブロッコリーとソーセージ煮物 胡麻納豆 味噌汁(シメジ、葱)	御飯 豆腐と野菜の煮物 そぼろ 味噌汁(小松菜、麩)
昼食	御飯 カニ玉 ビーフンと野菜の炒め ナムル	生姜御飯 鶏の梅しそ巻 さつま芋のあずき煮 ブロッコリーごま和え バナナ 味噌汁(アサリ、ワカメ)	きのこの御飯 おでん ポテトサラダ 青梗菜のあえ物 キウイとモモ 味噌汁(白菜、トコロコ)	御飯 牛蒡と豚肉のしぐれ煮 ブロッコリーのサラダ 大根の塩昆布和え ブルーベリーヨーグルト 味噌汁(葱、油揚げ)	おつきりこみ ふんわり天 春巻の白あえ 白菜の塩麹漬 りんご	御飯 鶏唐揚げ さつまいも甘煮 ほうれん草のあえ物 梓 味噌汁(豆腐、なめこ)	御飯 白身魚の南蛮あん 小松菜の煮びたし キャベツのサラダ バナナ 豚汁
夕食	御飯 鶏肉の炭火焼き チンゲン菜炒め煮 かぶのサラダ 根菜の汁物	御飯 ブリ大根 小松菜の炒め あんかけ豆腐	御飯 鯖塩焼き 野菜ソース炒め 春雨のあえ物	御飯 鶏肉のと野菜の加え煮 ジャガイモのチーズ焼き キャベツとコーンのサラダ	御飯 豚肉と大根の炒め煮 里芋の柚子味噌がけ 小松菜海苔和え	御飯 鮭の塩バター焼き ウイナーとコーンチキップ炒め 海草サラダ	御飯 ハンバーグ照り焼き 粉ふき芋 青梗菜としらすのサラダ
3時	あんぱん		飲み物	選べるおやつ			
	15						
朝食	御飯 大根とハハンの煮物 黒豆煮 味噌汁(油揚げ、ワカメ)						
昼食	魚介のカレーライス ネレンソウとガーサラダ 漬物(福神漬)						
夕食	麦入り御飯 豚肉と野菜の玉子とじ 揚げ出し豆腐野菜あん 長芋とろろ なめこ汁						

3 時	ワッフル						
--------	------	--	--	--	--	--	--