献立表

令和8年12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	12月6日 日
朝食	大根赤みそ煮 きゅうりの梅肉和え 清汁 牛乳	白はんぺんの煮物 なめこおろし 味噌汁 牛乳	竹輪と大根の煮物 白菜のごま和え 味噌汁 ヨーグルト	ひじき煮 なすのあっさり和え 味噌汁 牛乳	鶏じゃが キャベツのツナサラダ 味噌汁 牛乳	大根と豚バラの煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 牛乳
昼食	焼きメンチカツとコロッケ ピーマンと豚肉炒め物 トマトと玉ねぎのサラダ 味噌汁	鶏肉バンバンジーソース カブのコンソメ煮 ポテトサラダ 味噌汁	さくらご飯 さばの粕漬け焼き 里芋そぼろ煮 ゆで野菜さっぱり和え 味噌汁	さわらの唐揚げ 大豆と竹輪の煮物 胡瓜の和え物 味噌汁	肉団子の黒酢あん キノコのクリーム煮 ブロッコリーとハムのサラダ コンソメスープ	あじの塩焼き がんも煮 マヨポン酢和え 味噌汁
夕食	鶏団子の中華煮 キャベツコンソメ煮 里芋のゴマ和え みかん缶	カレイのマスタード焼き がんも煮 ほうれん草の和え物 芋ようかん	鶏の照り焼き 切干大根煮物 マカロニ玉子サラダ りんご缶	焼き豆腐海鮮あん シュウマイ もやしサラダ やわらかプリン	鶏もものクワ焼き さつまいも甘煮 白菜の梅肉和え パイナップル	回鍋肉 ニラともやし中華炒め チンゲン菜トマトのサラダ 洋梨缶

都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。

献立表

令和8年12月

	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	12月13日 日
朝食	鶏ももの甘酢あん 小松菜の辛子和え 味噌汁 牛乳	さつま揚げのみそ煮 花野菜のワサビ和え たまごの清汁 野菜ジュース	ワカメ入り炒り卵 大豆の味噌マヨサラダ 清汁 牛乳 	炒り豆腐風 キャベツのサウザンサラダ 味噌汁 牛乳 	マカロニナポリタン ほうれん草のサラダ 味噌汁 牛乳	いわしのつみれ煮 胡瓜の浅漬け 清汁 牛乳	エビ団子チリソース 白和え 味噌汁 牛乳
昼食	カレイのバター醤油焼 インゲンと竹輪の煮物 サツマイモサラダ 味噌汁	豚の生姜焼き ツナじゃが ほうれん草のゴマ和え なめこ汁	ポークシチュー 大根の洋風煮 トマトと胡瓜のサラダ コンソメスープ	鶏ももの唐揚げ 南瓜いとこ煮 白菜のおろし和え 味噌汁	炊き込みご飯 赤魚の粕漬け焼き 高野豆腐含め煮 もやしわさび和え 味噌汁	鶏肉みぞれあん さつまいも甘煮 なめたけ和え 味噌汁	ポテトオムレツ なすと油揚げ煮 スパイシーサラダ 中華スープ
夕食	千草焼き かぶと油揚げ煮 ハムサラダ キウイフルーツ	さわらのカレームニエル ひじきの煮物 大根カニカマサラダ りんご缶	メバルの野菜あんかけ 里芋煮 もずくとキノコの和え物 もも缶	白身魚のタルタル焼き 大根の土佐煮 小松菜のゴマ味噌和え オレンジ	とんかつ 蕪の和風かにあんかけ チンゲン菜の中華サラダ やわらか杏仁豆腐	厚揚げのみそ炒め ツナの野菜炒め ブロッコリーの辛子和え パイナップル	鶏の塩麹焼き インゲンの金平 玉ねぎのマリネ キウイフルーツ

都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。

献立表

令和8年12月

	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	12月20日 日
朝食	里芋けんちん煮 紅白なます 味噌汁 牛乳	田舎煮 チンゲン菜のサラダ 味噌汁 牛乳	豆腐のカニあんかけ わさび風味サラダ 味噌汁 野菜ジュース	玉子焼き ブロッコリーの香味和え 味噌汁 野菜ジュース	白はんぺんの煮物 もやしとアサリの生姜和え 味噌汁 牛乳	南瓜のグラタン風 小松菜のポン酢和え 味噌汁 ヨーグルト	煮豆 マカロニサラダ 味噌汁 野菜ジュース
昼食	鶏の唐揚げ 大豆のトマト煮 キノコの和え物 味噌汁	豆腐ハンバーグキノコあん 中華風卵とじ ゆず風味和え 味噌汁	カレー インゲンの中華炒め カリフラワーサラダ コンソメスープ	ゆかりご飯 サバのみそ煮 しっとり卵の花炒り煮 白菜の梅かつお和え 清汁	オニオンソースハンバーグ マカロニクリーム煮 ほうれん草のゴマ和え コンソメスープ	鶏肉バーベキューソース かぶのやわらか煮 ブロッコリーサラダ　ホタテ風味 味噌汁	ポークチャップ もやしの中華炒め 大根カニカマサラダ 味噌汁
夕食	赤魚のおろしがけ 南瓜の甘煮 小松菜の辛子和え 洋梨缶	鮭のムニエル 信田煮 胡瓜の酢の物 もも缶	味噌つくね 金平ごぼう 白菜ゆかり和え オレンジ	豚肉のオイスター炒め インゲンの煮物 オクラの長芋和え パイナップル	鶏肉のバジルソース ジャーマンポテト グリーンサラダ りんご缶	中華風ふっくらオムレツ 里芋煮　豚肉 キャベツとハムのサラダ 洋梨缶	メバルの野菜あんかけ ごぼうのそぼろ煮 コールスローサラダ 抹茶牛乳かん

都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。

献立表

令和8年12月

	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	12月27日 日
朝食	さつま揚げの煮物 ゴロゴロポテトサラダ 味噌汁 牛乳	アジの塩焼き 紅白なます 味噌汁 牛乳	マカロニクリーム煮 キャベツと人参の和え物 味噌汁 牛乳	竹輪とインゲンの炒め ほうれん草だし酢和え 味噌汁 牛乳	じゃが芋のカレー炒め 小松菜のピーナッツ和え 味噌汁 野菜ジュース	鶏肉となすさっぱり炒め 白菜の浅漬け 味噌汁 野菜ジュース	切昆布煮(サツマアゲ) トマトサラダ 味噌汁 牛乳 
昼食	麻婆豆腐 海鮮シュウマイ 白菜中華サラダ 中華スープ 	焼コロッケ2種 ひじき煮 小松菜のおかか和え 味噌汁	グリルチキン 真砂煮 サツマイモサラダ 味噌汁	さわらのチリソース 焼きそば 卵サラダ 味噌汁	エビピラフ デミグラスソースハンバーグ グラタン ほうれん草のサラダ いちごババロア	メバルのピリ辛焼き 里芋煮っころがし キャベツサラダノンオイル 味噌汁 	アジの南蛮漬け ジャガイモと油揚げ煮 ササミとシメジの香味サラダ 味噌汁
夕食	鶏肉のピザ風焼き インゲンソテー もずくとキノコの和え物 オレンジ	かに玉(ジェフダ) 里芋そぼろ煮② カリフラワーのサラダ もも缶 	豚肉のカレー炒め 高野豆腐の煮物 もやしサラダ キウイフルーツ	酢豚 白菜の煮物 ビビンバ風ナムル カクテルフルーツ缶	鶏の柚子胡椒焼き キャベツのコンソメ煮 かぶの和え物 パイナップル 	厚揚げの旨煮 豚肉とゴボウしぐれ煮 もやしのなめ茸和え みかん缶	鶏肉のマスタードソース かぶの煮物 南瓜のゴママヨサラダ キウイフルーツ

都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。

献立表

令和8年12月

	12月28日 月	12月29日 火	12月30日 水	12月31日 木
朝食	豆乳煮 キャベツ昆布和え 味噌汁 野菜ジュース	麻婆大根 白菜中華和え 味噌汁 牛乳	茄子のそぼろ煮 ブロッコリー辛子和え 清汁 牛乳	ちゃんぽん煮 オニオンのコールスロー 味噌汁 牛乳
昼食	時雨煮ごはん 鶏肉の甘酢あん 厚揚げと大根煮 三色和え 味噌汁	白身魚のタラコ焼き 柳川風 海藻サラダ 味噌汁	豚キムチ 南瓜のゴマ煮 切干大根のサラダ 中華スープ	豆腐のタラコあん 里芋と豚肉煮 なすのポン酢和え 味噌汁
夕食	スペイン風カレーオムレツ なすとウインナーソテー ほうれん草キノコサラダ ブラマンジェ	肉じゃが 小松菜の炒め物 カリフラワーゴマドレ 白桃缶	鶏のネギ塩焼き 煮豆 かぶのレモン漬け カクテルフルーツ缶	さばバーベキューソース 白菜のシメジ煮 バンバンジーサラダ パイナップル



都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。