

献立表（令和3年 12月）

日付	曜日	朝食	昼食	夕食	日付	曜日	朝食	昼食	夕食
1	水	照焼つくね ハヤシソース入りオムレツ 金平ごぼう わかめスープ	カレーうどん 鶏の唐揚 サラダ	さつくりメンチカツ 切干と鶏の煮物 胡瓜の酢物 みそ汁	16	木	温泉たまご 肉団子ケチャップ和 コンソメスープ 胡瓜の塩昆布和 清し汁	ぶり大根 マカロニとツナのトマト炒め 白菜のレモン醤油和 みそ汁	【特食】 えびフライ 極旨ヒレカツ うま塩竜田揚げ サラダ ミネストローネ
2	木	ハムステーキベッパー焼 ゆで卵 味付とろろ みそ汁	鶏肉のボン酢漬 ひじき豆と野菜の和サラダ 大根とベーコンのコンソメ炒め 野菜スープ	ジャンボ白身フライ 春雨サラダ 高野の塩生姜煮 わかめスープ	17	金	ロールパン ロースハム スクランブルエッグ アスパラとベーコンのソテー コンソメスープ	家常豆腐 じゃが芋の煮付け 若竹和 米粉のメープル風味ケーキ	豚肉のスパイシー唐揚 胡瓜の酢物 南瓜と人参の胡麻まぶし
3	金	パン ポークウインナー スクランブルエッグ りんご コンソメスープ	揚豚チリがらめ ブロッコリーのマヨサラダ 青梗菜と牛肉のオイスターソース炒め みそ汁 原宿ドッグ	牛カルビ焼肉炒め こんにやく梅味噌和 ごぼうの味噌煮 みそ汁	18	土	鯖塩焼 冷や奴 サラダ 切り干し大根のマヨ風サラダ みそ汁	ビーフカレー ローストンカツ ストロベリーゼリー	鶏の唐揚げ 茄子のボン酢炒め インゲンからしマヨネーズ和 みそ汁
4	土	温泉たまご 豆腐ハンバーグ黒酢五目あん オクラとなめこの和物 みそ汁	秋色中華炒め もやしと山菜煮 なすのトマト煮込み みそ汁	焼き鯖の玉葱おろしソースかけ 切干大根のマヨネーズサラダ 鞍馬煮 みそ汁	19	日	パン 豆腐野菜ハンバーグ サラダ 豆マリネ クリームシチュー	チキンソテー カラフル野菜の洋風炒め 豚汁 パパロアシュークリーム	照焼ハンバーグ クラゲと大根の和物 高野のごま煮 みそ汁
5	日	ロールパン ロースハム スペイン風オムレツ グリーンサラダ エンドウとコーンのソテー	黒酢豚 ビーフンサラダ 揚げようざ ごま風味チゲスープ 焼きプリンタルト	鶏唐揚菜味ソース 海の幸卵マヨネーズサラダ 市松煮 みそ汁	20	月	チキンステーキ 明太子ごぼうサラダ 法蓮草とシラスの和物 みそ汁	ジャンボ白身フライ ブロッコリーのマヨサラダ なすの揚げ浸し ビーフシチュー	おろしハンバーグ 里芋からし酢味噌和 筍とえびの旨煮 みそ汁
6	月	ゆで卵 肉団子ケチャップ和え 角切りポテトサラダ みそ汁	鶏の照焼 マカロニとツナのソテー 大根と刻み揚げのピリ辛炒め みそ汁	海老フライ 焼肉カルビ風メンチカツ ひじきとあけの煮付 里芋といかの煮付	21	火	クロワッサン ロースハム みかん チキントマトオムレツ フルーツヨーグルト	ニラもやしマーボー かに玉 春雨の中華風サラダ わかめスープ	すきやき 温泉たまご 子持ちカラゲ生姜味 みそ汁
7	火	パン プレーンオムレツ ロースハム コンソメ コンソメスープ	牛肉のしぐれ煮 高菜と人参のごま油炒め 三色野菜のドレ和え みそ汁	豚の生姜焼き グリル野菜ソテー くずきりの酢物 みそ汁	22	水	フリ照焼 ポークウインナー サラダ 白菜の和風サラダ みそ汁	甘口カレー エビカツ イカフライ サラダ	豚ロースの味噌焼肉 ビーフンマカロニサラダ チンゲン菜と揚げの炒め煮 みそ汁
8	水	鮭塩焼き 味付きとろろ サラダ みそ汁	ビーフカレー やわらかハンバーグ ブロッコリーとツナのサラダ	鶏肉とブロッコリーの醤油マヨ炒め 小松菜の煮浸し 金平牛蒡 みそ汁	23	木	豆腐ハンバーグ黒酢五目あん 鯛みそ コンソメスープ 皮付き金平ごぼう みそ汁	豚バラスタミナ炒め 筍の高菜炒め ポテト明太子サラダ コンソメスープ	デミグラスロースキャベツ きのこソテー 金平ごぼう みそ汁
9	木	イタリアンソース入りオムレツ 大豆と蓮根のマヨサラダ キャベツの香味和え バナナ みそ汁	揚豚甘辛和え 蒸しシューマイ とり酢 たまごスープ	ハムポテトフライ イカフライ クリームスパゲティ エンドウと赤ピーマンの和え物 赤だし	24	金	パン ハムステーキ サラダ 豆マリネ ブラウンシチュー	ピザソースカツ サラダ ビーフンとハムの炒め物 みそ汁 青りんごゼリー	フライドチキン キャベツのユースロードレッシングサラダ ミネストローネ
10	金	ホットドッグ マカロニサラダ サラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	温野菜と茹豚のサラダ 肉入りコロッケ スナッパ えんどうマヨネーズ和 みそ汁 ライチゼリー	牛肉わさび醤油炒め シルバーサラダ 肉入りコロッケ コンソメスープ	25	土	カニかまぼこ ミニ納豆 角切りポテトサラダ みそ汁	照焼ハンバーグ 小松菜の和風クリーム和 なすとベーコンのスパゲティ コンソメスープ	豚ロース肉の塩焼 シーフード中華サラダ 牛蒡の炒め物 みそ汁
11	土	カレイのしょうゆ焼き 茶そば風こんにやくサラダ 温泉たまご サラダ みそ汁	豚ロースシェリー風 大豆サラダ 高野と椎茸の含煮 みそ汁	タンドリー風チキン 胡瓜とイカの辛子酢味噌和 筍中華炒め コンソメスープ	26	日	ロールパン ロースハム スペイン風オムレツ グリーンサラダ エンドウとコーンのソテー	ミルフィーユカツ 若布とオクラの和物 じゃが芋の炒め物 みそ汁 紅茶のムース	牛肉とじゃが芋のオイスター炒め モロヘイヤとオクラの和物 肉団子甘辛あんがらめ みそ汁
12	日	ロールパン ポークウインナー 温野菜 キウイフルーツ コンソメスープ	チキンソテー ジャリアピンソース ブロッコリーとコーンのソテー 里芋と牛肉の山椒煮 チョコクレープ	豚キムチ サクリメンチカツ こんにやく梅味噌和 みそ汁	27	月	肉団子ケチャップ和 ゆで卵 マカロニサラダ みそ汁	明太ポテサラコロッケ エビミックスフライ 人参と豆苗のしりしり 南瓜の昆布煮 みそ汁	
13	月	ベーコンソテー オムレツのチーズ焼 グリーンサラダ エンドウとコーンのソテー コンソメスープ	鶏肉と野菜の黒胡椒炒め 切干大根とあけの煮付 竹輪と若布のぬた みそ汁	あらびきハンバーグ 小松菜の胡麻クリーム和 ジャーマンサラダ みそ汁	28	火		冬 季 休 暇	
14	火	ウインナーチーズトースト スクランブルエッグ こんにやくサラダ コンソメスープ	ビーフメンチカツ サクリメンチカツ キャベツメンチカツ 牛蒡の高菜煮 マカロニサラダ	豚肉カレーパン粉焼 玉ねぎのオイスターソース炒め キノコの中華炒め 赤だし	29	水			
15	水	照焼チキン ゆで卵 ポテトサラダ みそ汁	肉うどん サラダ ちくわ天ぶら いか天ぶら 抹茶塩	豚蒲焼 牛蒡炒め煮 白菜のからし醤油和 みそ汁	30	木			
					31	金			

※ 都合により献立を変更する場合があります。