

12月

7日はうめ組、きく組のクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
1	金	ご飯 焼きコロケ 五目大豆	ご飯 豚挽肉 さつま芋 じゃが芋 玉葱 パン粉 牛乳 ケチャップ 砂糖 ツナ 大豆 人参 玉葱 こんにゃく いんげん コーン だしの素 濃口しょうゆ みりん	クロレラ お菓子	クロレラ お菓子
		清汁	豆腐 ごぼう チンゲン菜 大根 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
2	土	親子丼	ご飯 鶏肉 人参 玉葱 しめじ 卵 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん	お菓子	お菓子
		味噌汁 フルーツ	大根 人参 もやし じゃが芋 豆腐 わかめ だしの素 味噌 オレンジ みかん缶		
4	月	ご飯 鶏の葱ソース焼き 和風サラダ かき玉汁	ご飯 鶏肉 葱 玉葱 濃口しょうゆ 酢 砂糖 ごま油 ツナ 人参 玉葱 キャベツ 胡瓜 わかめ めんつゆ 人参 大根 わかめ 南瓜 ほうれんそう しめじ 卵 だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 ふのラスク	牛乳 ふ バター 砂糖
		パン カレーグラタン	丸ロール 鶏挽肉 玉葱 人参 マッシュルーム コーン ツナ マカロニ ホワイトソース カレールウ チーズ パン粉		
5	火	コールスローサラダ コンソメスープ	ツナ コーン キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 マヨネーズ チンゲン菜 玉葱 しめじ 人参 じゃが芋 なす コンソメ	牛乳 たこ焼き風ポテト	牛乳 じゃが芋 片栗粉 お好み焼きソース あおのり 揚げ油
		ご飯 タラの味噌マヨネーズ焼 ひじきのかわり煮 わかめスープ	ご飯 タラ 白葱 味噌 マヨネーズ ひじき ツナ 人参 玉葱 いんげん 大根 コンソメ 砂糖 牛肉 ごぼう 玉葱 人参 南瓜 わかめ 卵 ウェイパー		
7	木	ご飯 鶏のケチャップ煮	ご飯 鶏肉 人参 玉葱 マッシュルーム コーン グリーンピース なす デミグラスソース	牛乳 ちりめんじゃこパン	牛乳 ホットケーキミックス 卵 牛乳 しらす干し あおのり
		ほうれん草の炒り煮	ベーコン 人参 しめじ コーン ほうれんそう 卵 濃口しょうゆ 砂糖		
8	金	清汁	大根 薄揚げ チンゲン菜 じゃが芋 色板 わかめ だしの素	クロレラ お菓子	クロレラ お菓子
		ご飯 鯖の野菜あんかけ 肉じゃが	ご飯 鯖 人参 ピーマン 玉葱 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 糸こんにゃく 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん		
		味噌汁	ごぼう 白菜 しめじ 南瓜 絹厚揚げ もやし だしの素 味噌		

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

12月

7日はうめ組、きく組のクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
9	土	ハヤシライス 清汁 フルーツ	ご飯 牛肉 人参 いんげん 玉葱 マッシュルーム ハヤシルウ 豆腐 じゃが芋 ごぼう 大根 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん りんご	お菓子	お菓子
		ご飯 チキンピカタ 切り干し大根サラダ コンソメスープ	ご飯 鶏肉 卵 薄力粉 塩コショウ ケチャップ ウスターソース ごま油 砂糖 切干しだいこん 人参 胡瓜 コーン 玉葱 味噌 砂糖 濃口しょうゆ 大根 じゃが芋 しめじ 人参 キャベツ もやし コンソメ	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳 ホットケーキミックス 豆腐 砂糖 卵 揚げ油
12	火	ご飯 鮭のピザ風焼 牛肉と野菜の卵とじ 清汁	ご飯 鮭 チーズ 玉葱 コーン ピザソース 牛肉 椎茸 人参 玉葱 筍 いんげん 卵 だしの素 濃口しょうゆ 砂糖 みりん 大根 薄揚げ 白菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		ちゃんぽん麺 ささみサラダ フルーツ	中華麺 豚肉 人参 玉葱 キャベツ ウェイパー 濃口しょうゆ ささみ 人参 胡瓜 コーン もやし 玉葱 ごま油 濃口しょうゆ 砂糖 バナナ	牛乳 バタークッキー	牛乳 薄力粉 バター 砂糖 卵
14	木	パン 鶏のパン粉焼き 大根サラダ カレースープ	ワッサンデニッシュ 鶏肉 卵 パン粉 薄力粉 ケチャップ ウスターソース ホタテ 大根 人参 コーン 胡瓜 キャベツ マヨネーズ 薄揚げ 人参 玉葱 じゃが芋 なす ほうれんそう カレールウ 牛乳	牛乳 お好み焼き	牛乳 お好み焼き粉 ツナ キャベツ 卵
		ご飯 タラの和風揚げ すき焼き風煮 野菜スープ	ご飯 タラ バター 濃口しょうゆ 薄力粉 揚げ油 牛挽肉 玉葱 ごぼう 人参 糸こんにゃく エリンギ 葱 濃口しょうゆ 砂糖 キャベツ 人参 玉葱 大根 ごぼう 豆腐 ウェイパー 薄口しょうゆ	クロレラ お菓子	クロレラ お菓子
16	土	味噌ラーメン ごぼうサラダ フルーツ	中華麺 焼豚 人参 玉葱 チンゲン菜 わかめ ウェイパー 味噌 ツナ ハム 人参 ごぼう コーン マヨネーズ バナナ	お菓子	お菓子

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

12月

7日はうめ組、きく組のクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
18	月	ご飯 鯖のネギゴマ焼 ピーマン 豚汁	ご飯 鯖 玉葱 葱 ゴマ 濃口しょうゆ みりん ごま油 ホタテ ピーマン 人参 しめじ わかめ エリンギ コーン チンゲン菜 濃口しょうゆ みりん 豚肉 ジャガ芋 大根 ごぼうこんにゃく 人参 だしの素 味噌	牛乳 巻き巻きロールパン	牛乳 食パン スライスチーズ ウィンナー
		ご飯 ひじき入りつくね ポテトサラダ 清汁	ご飯 ひじき 鶏挽肉 玉葱 卵 パン粉 濃口しょうゆ 砂糖 ハム ジャガ芋 人参 胡瓜 玉葱 マヨネーズ 豆腐 しめじ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
20	水	パン 鮭のかわり焼き ほうれん草のソテー コーンチャウダー	クリームエスカルゴ 鮭 たくあん 粉チーズ 卵 薄力粉 パン粉 パセリ マヨネーズ ベーコン ほうれん草 人参 玉葱 マッシュルーム コーン バター コンソメ ウィンナー キャベツ 人参 ジャガ芋 玉葱 なす クリームコーン 牛乳 コンソメ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		鮭わかめご飯 煮込みハンバーグ もやしサラダ 大根スープ フルーツ	ご飯 鮭わかめふりかけ 合挽肉 玉葱 パン粉 卵 牛乳 マッシュルーム デミグラスソース ケチャップ ハム もやし 人参 玉葱 コーン 胡瓜 濃口しょうゆ 砂糖 酢 大根 人参 薄揚げ 南瓜 わかめ もやし ウェイパー バナナ	ジョア ミニメロンパン	ジョア ミニメロンパン
22	金	ピラフ 唐揚げ 和風スパゲティ カレースープ フルーツヨーグルト	ご飯 焼豚 人参 玉葱 赤ピーマン コーン コンソメ 濃口しょうゆ 鶏肉 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 ツナ 玉葱 葱 人参 大根 スパゲティ 濃口しょうゆ 薄揚げ 人参 玉葱 南瓜 なす キャベツ カレールウ 牛乳 みかん缶 バナナ ヨーグルト	牛乳 クリスマスケーキ	牛乳 薄力粉 卵 ベーキングパウダー バター 砂糖
		中華丼 大根スープ フルーツ	ご飯 豚肉 玉葱 人参 筍 白菜 椎茸 ウェイパー 濃口しょうゆ 味噌 砂糖 大根 人参 しめじ 玉葱 チンゲン菜 豆腐 ウェイパー りんご	お菓子	お菓子
25	月	ご飯 鯖の竜田揚げ 大豆カレー 味噌汁	ご飯 鯖 濃口しょうゆ 砂糖 揚げ油 牛挽肉 豚挽肉 大豆 人参 玉葱 いんげん コーン カレールウ 大根 人参 しめじ 南瓜 豆腐 わかめ だしの素 味噌	牛乳 ミニピザ	牛乳 ぎょうざの皮 ピザソース チーズ 玉葱 ピーマン ウィンナー

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

12月

7日はうめ組、きく組のクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
26	火	ご飯 ナゲット マカロニサラダ コンソメスープ	ご飯 鶏挽肉 豆腐 卵 パン粉 コンソメ マカロニ 玉葱 人参 ハム 胡瓜 コーン マヨネーズ 大根 ジャガ芋 しめじ 人参 キャベツ ごぼう コンソメ	牛乳 ネジネジあんこパイ	牛乳 パイシート こしあん
27	水	ご飯 カレいの照り焼き 金平ごぼう 清汁	ご飯 カレー 濃口しょうゆ みりん 牛肉 ごぼう エリンギ 人参 いんげん だしの素 濃口しょうゆ みりん 白菜 絹厚揚げ もやし 大根 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
28	木	ご飯 豚の生姜焼き ブロッコリーサラダ かき玉スープ	ご飯 豚肉 玉葱 人参 しょうが 濃口しょうゆ 酒 ベーコン ブロッコリー 玉葱 卵 人参 ホタテ コンソメ 人参 大根 竹輪 南瓜 ごぼう チンゲン菜 卵 ウェイパー	牛乳 ヨーグルトスコーン	牛乳 薄力粉 砂糖 ベーキングパウダー ヨーグルト 牛乳 バター 卵