

令和6年12月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

	12月1日(日)	12月2日(月)	12月3日(火)	12月4日(水)	12月5日(木)	12月6日(金)	12月7日(土)
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン ベイクドエッグ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 高菜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳
昼食	御飯 鶏かぼちゃ 大根スープ 卵の花サラダ	赤飯 メバルの山椒焼き 吸物 大根の帆立くず煮 甘酒	豚丼 吸物 かぶの甘酢漬け	キーマカレー サラダ フルーツヨーグルト 福神漬	御飯 サバのみりん焼き 吸物 白和え	フレンチトースト ブラウンシチュー サラダ	御飯 かぼちゃコロケ ちゃんこ汁 甘酢生姜和え
間	スイートポテト	どら焼き	りんごジュース	プリンタルト	いちご饅頭	ラブレ	もみじ饅頭
夕食	御飯 ホッケの梅昆布茶焼き 味噌汁 ひじきの煮物	御飯 鶏の柚子照り煮 吸物 さつまいもサラダ	御飯 えびしんじょ 味噌汁 <small>ごぼうとこんにゃくのそぼろ炒め</small>	御飯 太刀魚の煮付け 吸物 春雨キャベツ	御飯 白菜とえびの中華煮 スープ バンバンジー	御飯 ホキの五目あんかけ 味噌汁 さつまいもと林檎の甘煮	御飯 鱈の磯辺焼き 味噌汁 里芋の煮付け
	12月8日(日)	12月9日(月)	12月10日(火)	12月11日(水)	12月12日(木)	12月13日(金)	12月14日(土)
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン 里芋サラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳
昼食	御飯 煮魚 山芋のすり流し汁 煮豆	御飯 鮭のたらも焼き けんちん汁 春菊の甘辛炒め	御飯 蓮根バーグ 豆乳スープ おからサラダ	御飯 ホッケの白醤油焼き さつま汁 深山和え	生姜ごはん 筑前煮 茶碗蒸し 酢味噌和え	御飯 サバの竜田焼き 吸物 かぶの旨煮	御飯 赤魚のおろし煮 吸物 スパサラダ
間	クリームコンフェ	野菜生活	黒棒	とと焼き	飲むヨーグルト	カエデの実	シュークリーム
夕食	御飯 豚肉と厚揚げの煮物 スープ もずく酢	御飯 鶏チリ レタススープ りんごサラダ	御飯 焼き魚のなめ茸おろしのせ 吸物 白菜の煮浸し	御飯 焼き豆腐の帆立あんかけ スープ 中華和え	御飯 ホキの梅しそ焼き ねぎスープ ほうれん草の卵とし	御飯 山芋のお好み焼き風 味噌汁 レモン和え	チキンカレー サラダ フルーチェ 福神漬
	12月15日(日)	12月16日(月)	12月17日(火)	12月18日(水)	12月19日(木)	12月20日(金)	★12月21日(土)
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 千切り煮 たくあん	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳
昼食	御飯 鶏肉とキャベツの塩麩炒め もずくスープ 青菜のおひたし	サンドイッチ ポトフ サラダ ヨーグルト	御飯 豚肉と大根の煮物 そうめん汁 塩昆布和え	御飯 鮭の石狩風煮 吸物 サラダ	十六穀ごはん カレイの幽庵焼き 蓮根のすり流し汁 かぶの甘酢漬け	御飯 麻婆豆腐 スープ バンサンスー	御飯 白身魚フライ 南瓜のポタージュ サラダ
間	ラブレ	丸ボーロ	ショコラブッセ	ミルージュ	ワッフル	クリームコンフェ	気になる野菜
夕食	御飯 煮魚 味噌汁 ひじき入り卵焼き	御飯 エビチリ春雨 スープ ぎょうざ	御飯 塩サバ ワカメスープ 卵の花の炒り煮	御飯 おでん 味噌汁 オクラのとろろ和え	御飯 肉じゃがオムレツ 吸物 塩麩和え	御飯 ホキの味噌漬焼き スープ 厚揚げの高菜炒め	御飯 鶏肉と栗の煮物 吸物 サラダ
	12月22日(日)	12月23日(月)	12月24日(火)	★12月25日(水)	12月26日(木)	12月27日(金)	★12月28日(土)
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン 卵とブロッコリーのサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳
昼食	御飯 鶏肉と麩の親子煮 吸物 白和え	御飯 煮魚 スープ 小松菜のごまボン酢和え	里芋と挽肉のカレー サラダ フルーツ杏仁 福神漬	オムライス コーンスープ ケーキ	御飯 鶏の青じそ炒め みぞれ汁 春菊の辛子和え	御飯 サバの味噌煮 吸物 和風ポテトサラダ	赤飯 刺身 吸物 里芋の煮物
間	もみじ饅頭	カスタードケーキ	りんごジュース	黒棒	カエデの実	ラブレ	祝饅頭
夕食	御飯 ホッケのバター醤油焼き スープ 呉豆腐	御飯 五目柳川風 吸物 酢味噌和え	御飯 鱈の梅麩焼き 豆乳味噌汁 大根のそぼろ煮	御飯 くずし豆腐の海鮮煮 味噌汁 華風和え	御飯 カレイの黄金焼き トマトの和風スープ オクラサラダ	御飯 カットハンバーグ スープ サラダ	御飯 豚肉のもろみ炒め 吸物 大根のしば漬け和え
	12月29日(日)	12月30日(月)	★12月31日(火)	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p style="text-align: center;">★行事食★</p> <p>21日(土) 冬至 25日(水) クリスマス 28日(土) 開苑記念日 (36周年) 31日(火) 大晦日</p> <p style="text-align: center;">*旬の食材*</p> <p>ブリ・サバ・白菜 春菊・ほうれん草 柿・みかん・りんご</p> </div>			
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン ベイクドエッグ バナナ 牛乳				
昼食	御飯 赤魚のガーリックバター焼き 野菜スープ 春雨サラダ	御飯 バーベキューチキン たまごのコンソメスープ サラダ	年越しそば かぶの煮物 フルーツフルーチェ				
間	スイートポテト	バームクーヘン	野菜生活				
夕食	御飯 鶏肉と厚揚げの煮物 味噌汁 浅漬け	御飯 煮魚 吸物 白菜のゆず和え	御飯 鮭の塩焼き 吸物 煮豆				