献立一覧表

令和5年 １２月 ［昼食］

				1（金）	2（土）
				 ごはん 親子煮 根菜カミカミサラダ みそ汁（さつまいも・油揚げ） ヨーグルト	 ビビンバ丼 ごまポテト わかめスープ（ねぎ） バナナ

4（月）	5（火）	6（水）	7（木）	8（金）	9（土）
 ごはん 鶏の唐揚げ 野菜の煮物 みそ汁（高野豆腐・玉ねぎ） オレンジ	 ごはん 豚肉と玉ねぎのカレー炒め 切干大根とツナのサラダ とろとろ中華スープ りんご	 食パン チリコンカン 茹でブロッコリー 野菜スープ(鶏肉・ほうれん草) みかん	 ごはん たらの野菜あんかけ れんこんの炒め煮 みそ汁（麩・玉ねぎ） バナナ	 ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き かぼちゃの煮物 けんちん汁 グレープゼリー	 チャーハン ポリポリきゅうり 春雨スープ オレンジ

１１（月）	１２（火）	１３（水）	１４（木）	１５（金）	１６（土）
 ごはん にこにこハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ(キャベツ・人参) ヨーグルト(ブルーベリージャム)	 ごはん 鶏の照り焼き ひじきの炒り煮 みそ汁（高野豆腐・玉ねぎ） りんご	 ナポリタン 粉ふき芋 野菜スープ（ほうれん草・人参） マスカットゼリー	 ごはん 魚のチャンチャン焼き ささみと小松菜のマヨサラダ すまし汁（豆腐・わかめ） みかん	 ごはん 親子煮 根菜カミカミサラダ みそ汁（さつまいも・油揚げ） ヨーグルト	 ビビンバ丼 ごまポテト わかめスープ（ねぎ） バナナ

＊都合により献立を変更することがあります。

＊昼食にはデザートが付きます＊

バナナ

オレンジ

りんご

ヨーグルト（ブルーベリー）

みかん

グレープゼリー

カップヨーグルト（ソフール）

マスカットゼリー