

	日	月	火	水	木	金	土
朝食	12月の献立 大今里ケアホーム 入所 月間献立表 令和5年12月1日～12月31日 						ミニショコラツイスト アスパラのドレッシング和え 牛乳
昼食							シュガーバターコップペ しろ菜の和え物 牛乳
夕食							米飯 マトウダイの焼き浸し 茄子の味噌煮 パイン 清汁 ふりかけ
3時							米飯 干草焼き 大根のそぼろ煮 味噌汁 漬物
朝食	3 チョコカスター ほうれん草の錦糸和え 牛乳	4 黒糖ロール スパゲティサラダ 牛乳	5 シュガーバターコップペ ポテトサラダ 牛乳	6 ミルクツイスト ｽｯﾌﾟｲﾝﾄﾞのサラダ 牛乳	7 抹茶リング 春菊と湯葉の煮浸し 牛乳	8 カスタードクリームパン ｱｽﾊﾟﾗのソテー 牛乳	9 黒糖ミルク ブロッコリーのサラダ 牛乳
昼食	米飯 料理の竜田揚げ がんもの含め煮 オレンジ かき卵汁 ふりかけ	米飯 シルバーのピザ風味焼き ハムサラダ 白桃缶 ミネストローネ ふりかけ	米飯 あんかけうどん 五目煮 パイン缶 ふりかけ	米飯 チキンカツ 青梗菜のサラダ キウイ 味噌汁 ふりかけ	味噌そぼろ丼 ほうれん草の辛子和え みかん缶 清汁	米飯 鶏ソテーはちみつレモン風味 ジャーマンかぼちゃ 黄桃缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 豚肉の塩ダレ焼き オクラの胡麻和え バナナ 清汁 ふりかけ
夕食	米飯 肉団子のクリーム煮 ｶﾌﾗｰのサラダ 清汁 漬物	米飯 鶏肉と大根の旨煮 もやしのナムル風 清汁 漬物	米飯 アジのムニエル 菜の花の明太マヨ和え 味噌汁 漬物	米飯 ホキのｺｰﾝﾏﾖ焼き ツナじゃが 清汁 漬物	米飯 白身魚のクリームソースかけ 大根のサラダ 清汁 漬物	米飯 ﾀﾞｲのﾄﾏﾖ煮 海藻サラダ 清汁 漬物	米飯 サバの塩焼き 小松菜のお浸し 味噌汁 漬物
3時	酒まんじゅう お茶	焼きﾄｰﾅｯﾂ(豆乳) ｺｰﾋｰ	ﾖｸﾄｸﾚｰﾌﾞ(いちご) 紅茶	ﾏｲﾌﾞﾙﾌﾞ ｴｰｷｰ 紅茶	抹茶饅頭 お茶	チョコマフィン ｺｰﾋｰ	たい焼き(ｸﾘｰﾑ) ｺｰﾋｰ
朝食	10 ホワイトミルク 白菜の煮浸し 牛乳	11 シュガーバターコップペ ｶﾌﾗｰのﾏｵﾈｰｽ和え 牛乳	12 レーズンドッグ 小松菜の煮浸し 牛乳	13 はちみつブンブン さつま芋サラダ 牛乳	14 ミニ山シュガー ｽｯﾌﾟｲﾝﾄﾞのソテー 牛乳	15 チョコカスター ブロッコリーサラダ 牛乳	16 黒糖ロール 冬瓜の含め煮 牛乳
昼食	米飯 肉どうふ 南瓜のきんぴら パイン 味噌汁 ふりかけ	米飯 和風煮込みハンバーグ キャベツサラダ マンゴー缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 麻婆丼 白菜の中華サラダ オレンジ 中華スープ	米飯 チキン南蛮(ｸﾙｸﾙｰｽ) ｱｽﾊﾟﾗサラダ パイン缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 シルバーの甘辛ネギ味噌焼き ごぼうサラダ キウイ 清汁 ふりかけ	米飯 長崎ちゃんぽん カリフラワーのサラダ みかん缶 清汁 ふりかけ	米飯 タラの生姜煮 小松菜海苔和え 黄桃缶 清汁 ふりかけ
夕食	米飯 蒸し白身魚の野菜あんかけ 菜の花の和え物 清汁 漬物	米飯 ﾀﾞｲの幽庵焼き しろ菜の和風ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ和え 清汁 漬物	米飯 牛肉の柳川煮 切干大根のサラダ 味噌汁 漬物	米飯 タラの胡麻風味焼き うじき煮 清汁 漬物	米飯 豚肉となす炒め 冬瓜の煮物 味噌汁 漬物	米飯 ぶりの煮付け ほうれん草の柚子和え 清汁 漬物	米飯 牛肉の卵とじ煮 インゲンのソテー 味噌汁 漬物
3時	牛乳ケーキ 紅茶	ぶどうムース 紅茶	カステラ ｺｰﾋｰ	黄味あん饅頭 お茶	カスタードプチケーキ ｺｰﾋｰ	いちごマフィン 紅茶	焼きﾄｰﾅｯﾂ(ﾁｻｺ) ｺｰﾋｰ
朝食	17 カスタードリング じゃが芋のﾏｵ和え 牛乳	18 シュガーバターコップペ 白菜の煮浸し 牛乳	19 黒糖ロール ﾏｶﾛﾆサラダ 牛乳	20 チョコカスター しろ菜と竹輪の和え物 牛乳	21 ストロベリーツイスト ブロッコリーサラダ 牛乳	22 レーズンドッグ 大根の煮物 牛乳	23 ホワイトミルク 青梗菜のソテー 牛乳
昼食	米飯 ｱｼﾞのかば焼き 胡瓜の酢の物 バナナ 味噌汁 ふりかけ	米飯 鶏肉と野菜の味噌ｸﾘｰﾑｼﾁｭｰ 青梗菜のﾀﾞｲ パイン ふりかけ	米飯 牛肉のケチャップ炒め キャベツサラダ マンゴー缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 筑前煮 海藻サラダ オレンジ 味噌汁 ふりかけ	米飯 肉団子の甘酢煮 カリフラワーのﾄﾚｯｼﾝｸﾞ和え パイン缶 清汁 ふりかけ	米飯 キーマカレー(大豆ﾐｰﾄ) ｺｰﾙｽﾛｰサラダ ﾌﾙｰﾂﾖｰｸﾞﾙﾄ 福神漬・らっきょ カレーの日	米飯 豚肉のくわ焼 きゅうりの梅ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ和え みかん缶 清汁 ふりかけ
夕食	米飯 豚肉の中華炒め ジャーマンかぼちゃ 清汁 漬物	米飯 タラの柚子味噌焼 炒り豆腐 清汁 漬物	米飯 白身魚の香草ﾊﾟﾝ粉焼き 厚揚げの旨煮 清汁 漬物	米飯 ホキの生姜焼き かに玉 清汁 漬物	米飯 サワラの味噌煮 茄子の煮物 味噌汁 漬物	米飯 シルバーの吉野煮 かぼちゃの含め煮 味噌汁 漬物	米飯 ｶｲの七味焼き さつま芋ときのこの甘辛炒め 味噌汁 漬物
3時	りんごプチケーキ 紅茶	ムースエクレア 紅茶	ミニ今川焼き(ｶｽﾀｰﾄﾞ) ｺｰﾋｰ	みそまんじゅう お茶	ﾖｸﾄｸﾚｰﾌﾞ(ﾊﾞﾅﾅ) 紅茶	チョコワッフル 紅茶	黒糖ケーキ ｺｰﾋｰ
朝食	24 チョコカスター 小松菜とかにかまの和え物 牛乳	25 黒糖ミルク ｲﾝｹﾞﾝのｻﾗﾀﾞ 牛乳	26 レーズンドッグ スパゲティサラダ 牛乳	27 抹茶リング ｶﾌﾗｰのﾄﾚｯｼﾝｸﾞ和え 牛乳	28 シュガーバターコップペ ちくわの卵とじ 牛乳	29 ストロベリーツイスト 和風サラダ 牛乳	30 カスタードリング じゃが芋のクリーム煮 牛乳
昼食	～お誕生日会～ 赤飯 ｱｼﾞのゆず胡椒焼き 菜の花のからし酢味噌和え 黄桃缶 赤だし	～クリスマス～ ピラフ 鶏肉のﾊｽｸ風ﾄﾏﾖ煮込み ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂｻｸｹﾂﾙ缶 ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾞ	米飯 揚げと茄子の味噌炒め 小松菜の和え物 パイン 清汁 ふりかけ	米飯 ﾀﾞｲの胡麻だれ焼き ひじき煮付け 白桃缶 清汁 ふりかけ	米飯 鶏胸肉の塩麹カレー焼 白菜のゆかり和え オレンジ 味噌汁 ふりかけ	米飯 ﾀﾞｲの幽庵焼き がんもの煮物 パイン缶 清汁 ふりかけ	米飯 ﾛｰﾙｷｬﾍﾞﾂ ﾁｷﾝｻﾗﾀﾞ ｷｳｲ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾞ ふりかけ
夕食	米飯 豆腐ハンバーグ 春雨サラダ 清汁 漬物	米飯 ｼﾙﾊﾞｰの山椒焼き 五目煮 味噌汁 漬物	米飯 ぶりの照焼 白菜の煮浸し 味噌汁 漬物	米飯 お好み焼き もやしソテー 味噌汁 漬物	米飯 マトウダイの煮つけ ほうれん草の錦糸和え 清汁 漬物	米飯 田舎煮 ｲﾝｹﾞﾝの梅和え 味噌汁 漬物	米飯 ｶｲの味噌煮 小松菜の柚子和え 清汁 漬物
3時	お誕生日ケーキ ｺｰﾋｰ	ﾛｰﾙ(いちご) 紅茶	ﾊｰﾑｸｰﾍﾝ ｺｰﾋｰ	鯛まんじゅう お茶	しっとりプチケーキ 紅茶	ショコラプチケーキ ｺｰﾋｰ	もみじまんじゅう お茶
朝食	31 ショコラロール しろ菜の煮浸し 牛乳	2023 ありがとう ございました! 2023 から 2024 へ 良いお年を お迎え下さい 					
昼食	米飯 ｽﾊﾞﾆｯｼｭｵﾑﾚｯﾂ きのこのソテー みかん缶 味噌汁 ふりかけ						
夕食	～年越しそば～ 青菜ごはん 年越しそば 青梗菜の和え物 切干大根の煮付け レモンケーキ 紅茶						
3時							

※献立はやむを得ず変更することがあります。予めご了承下さい。