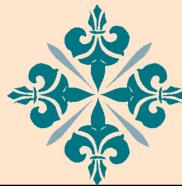




MENU



12月19日 12月20日 12月21日 12月22日 12月23日 12月24日 12月25日

| | MON | TUE | WED | THU | FRI | SAT | SUN |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|

朝食

| | | | | | | |
|------------------------------|---------------------------|----------------------------|------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| ロールパン 牛乳（低脂肪） マカロニ卵サラダ | ロールパン 牛乳（低脂肪） 大根サラダ | 食パン 牛乳（低脂肪） きやべつのサラダ | 丸ロール 牛乳（低脂肪） ブロッコリーサラダ | 食パン 牛乳（低脂肪） エビとブロッコリーのサラダ | ミルクパン 牛乳（低脂肪） コールスローサラダ | イエローパン 牛乳（低脂肪） シーチキンサラダ |
|------------------------------|---------------------------|----------------------------|------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|



昼食

| | | | | | | |
|--|---|--------------------------------------|--|---|---|--|
| 米飯 鮭の利休焼き ほうれん草ピーナツあえ ぶた汁 フルーツ（オレンジ） | 米飯 スペイン風オムレツ アスパラのサラダ ハッシュドポテト キャベツのスープ | 米飯 家常豆腐 華風あえ ぎょうざスープ りんご | 米飯 さばの味噌煮 華風あえ 南瓜の煮物 大根ごま酢あえ ふりかけ | 米飯 さらさ焼き 春菊ごまあえ 明石焼き パイナップル | ケチャップライス 照焼チキン サーモンのマリネ コンソメスープ フルーツ（キウイ） | 米飯 さばの有馬焼き 大根のそぼろ煮 大豆しらす炒煮 赤かぶ漬け |
|--|---|--------------------------------------|--|---|---|--|

おやつ

| | | | | | | |
|----------------|--|--|-------------|--|--|--|
| チーズ蒸しケーキ 紅茶 | | | 季節和菓子 緑茶 | | | |
|----------------|--|--|-------------|--|--|--|

夕食

| | | | | | | |
|---|---|--|---|---|---|-----------------------------------|
| 米飯 ゆズみそ田楽 たこの酢の物 菜の花のソテー ふりかけ | 米飯 和風ムニエル シーフードスパゲティ ホットサラダ 青しそ漬け | 米飯 ポークチャップ マセドアンサラダ アスパラバター醤油炒め 大根きざみ漬 | 米飯 牛肉コロッケ 洋風煮物 法連草ソテー フルーツ（ぶどう） | 米飯 焼肉風炒め物 きゅうりハム三色 あえ 粉ふき芋 白菜漬 | 米飯 豚みそ大根 ささみときゅうり のポン酢あえ れんこんの金平風 ゆず白菜漬け | 米飯 えび玉 ナムル いわしの梅煮 みかん |
|---|---|--|---|---|---|-----------------------------------|



12月 行事食予定

- 13日：誕生会
- 24日：クリスマス
- 29日：年越しそば