

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	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	ご飯 みそ汁 炒り卵 もやしの梅肉和え 海苔佃煮	ご飯 みそ汁 白菜の煮びたし 納豆 漬け物	ご飯 みそ汁 にしんの甘露煮 きゅうりとみかんの酢の物 梅干し	ご飯 みそ汁 切干大根の煮物 キャベツとしらすのめんつゆ和え いりこみそ	ご飯 みそ汁 五目豆 もずく 漬け物	ご飯 みそ汁 ぜんまいの炒め煮 厚焼玉子 たいみそ	ご飯 みそ汁 はんぺんの野菜煮込み ウインナー たらこ
	赤飯 みそ汁 さばの塩焼き かぼちゃのそぼろ煮 青梗菜とえのきの和え物	ご飯 みそ汁 鶏肉の漬け焼き がんもの煮物 ほうれん草のごま和え	味噌ラーメン 野菜炒め 春巻き	ご飯 すまし汁 さばの味噌煮 豚肉と舞茸の煮物 青梗菜とかまぼこの和え物	ゆかりご飯 みそ汁 ほっけの塩焼き 豚肉と茄子の炒め物 バナナ	ご飯 みそ汁 白身魚のきのこあん さつまいもの炊き合わせ もやしの胡麻浸し	ご飯 みそ汁 豚肉の朴葉味噌焼き わかめサラダ 黒ごまプリン
おやつ	ヨーグルト	カスタードケーキ	かつぱえびせん	プチクッキー	黒糖まんじゅう	白い風船	ヨーグルト
夕食	ご飯 中華スープ 回鍋肉 かぶのカニカマあんかけ フルーツ寒天	ご飯 みそ汁 赤魚の塩こうじ焼き 肉じゃが 大根の塩昆布和え	ご飯 コンソメスープ スパニッシュオムレツ マカロニサラダ みかん	ご飯 オニオンスープ ヒレカツ 花野菜サラダ みかん	ご飯 みそ汁 すき焼き風煮 かぼちゃの煮物 春菊の胡麻和え	ご飯 中華スープ 油淋鶏 ほうれん草のごま和え 杏仁豆腐	ご飯 みそ汁 太刀魚のおろしポン酢かけ 高野豆腐の含め煮 青梗菜のお浸し

※ 食品の発注状況等により、献立が変更になる事があります。