

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	12月30日（日）	12月1日（月）	12月2日（火）	12月3日（水）	12月4日（木）	12月5日（金）	12月6日（土）
朝食	ご飯 みそ汁 ひじきの煮物 胡瓜のなめたけ和え 漬け物	ご飯 みそ汁 切干大根の煮物 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 炒り卵 キャベツとしらすのめんつゆ和え しそひじき	ご飯 みそ汁 にしんの甘露煮 胡瓜とみかんの酢の物 梅干し	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
昼食	カレーうどん 竹輪の磯部揚げ バナナミルクプリン	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 ほうれん草とかまぼこの和え物	ご飯 みそ汁 さわらのごま醤油焼き 豚肉と舞茸の煮物 みかん	醤油ラーメン 五目あんかけ 春巻き マンゴープリン	ご飯 コーンクリームスープ チキンのバジルソース焼き 花野菜サラダ りんご	ご飯 みそ汁 白身魚のきのこあんかけ さつまいもの炊き合わせ もやしの香味和え
おやつ	ヨーグルト	原宿ドッグ	たこ焼き	かつぱえびせん	プチクッキー	黒糖まんじゅう	ヨーグルト
夕食	ご飯 みそ汁 和風オムレツ 肉じゃが なすのおひたし	ご飯 中華スープ 麻婆茄子 春雨中華サラダ みかん	ご飯 みそ汁 赤魚の煮つけ じゃがいものそぼろ煮 ブロッコリーの味噌マヨネーズ和え	ご飯 ミネストローネスープ ヒレカツ さつまいもサラダ カリフラワーのマリネ	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 バナナ	ご飯 みそ汁 鮭のちゃんちゃん焼き 高野豆腐の煮物 菜種和え	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

※ 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。