

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	12月7日(日)	12月8日(月)	12月9日(火)	12月10日(水)	12月11日(木)	12月12日(金)	12月13日(土)
朝食	ご飯 みそ汁 卵の花の炒り煮 キャベツのおかか和え 漬け物	ご飯 みそ汁 いわしのおかか和え 小松菜の胡麻和え 海苔佃煮	ご飯 みそ汁 ぜんまいの炒め煮 白花豆 金山寺味噌	ご飯 みそ汁 炒り卵 白菜のポン酢和え たいみそ	ご飯 みそ汁 レバーの甘辛煮 胡瓜ともずくの酢の物 梅干し	ご飯 みそ汁 切干大根の煮物 納豆 漬け物	ご飯 みそ汁 小松菜の煮びたし 厚焼玉子 たらこ
昼食	ご飯 すまし汁 鮭の木の芽味噌和え かぶと豚肉のとろみ煮 胡瓜の梅肉和え	焼きそば 中華スープ 焼き餃子 キウイフルーツ	ご飯 コンソメスープ チキンポールトマト風味 さつまいもサラダ アセロラゼリー	ご飯 ホワイトシチュー チキンナゲット 人参マリネ	きのこ御飯 みそ汁 白身魚の山椒焼き かぼちゃのそぼろ煮 ブロッコリーの胡麻和え	ゆかりご飯 みそ汁 ほつけの塩焼き 茄子と豚肉の炒め煮 オレンジ	ご飯 みそ汁 太刀魚のおろしポン酢かけ かわり金平 青梗菜としめじの和え物
おやつ	ヨーグルト	人形焼き	ベジタベル	卵ボーロ	ワッフル	蒸しパン	ヨーグルト
夕食	ご飯 コンソメスープ キッシュ風オムレツ 大根とツナのサラダ レモネードゼリー	ご飯 すまし汁 さわらの西京焼き 肉じゃが ほうれん草のおかか和え	ちらし寿司 みそ汁 かれいのわかめ蒸し 白和え みかん	ご飯 みそ汁 たらの味噌バター焼き さつまいもの昆布煮 小松菜の胡麻和え	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 バンバンジー 杏仁豆腐	うどん めんつゆ 牛肉の柳川風煮 大根とエビ団子の煮物 青梗菜とハムの和え物	いなり寿司 みそ汁 筑前煮 もやしの梅肉和え みかん

※ 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。