

2025年12月献立表

※材料の都合により変更する事があります。ご了承ください。

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
朝食	ごはん 鶏のグリル 味噌汁 漬物	ごはん 千草焼き 味噌汁 漬物	ごはん ボロニアソーセージ 味噌汁 漬物	ごはん ポテトミンチ巻き 味噌汁 梅干し	ごはん かにか入りだし巻き卵 味噌汁 漬物	ごはん ほうれん草オムレツ 味噌汁 漬物
昼食	ごはん 海老マカロニグラタンフライ ペーントと枝豆のバーネー ^ト もやしの香味ドレサラダ 味噌汁	ごはん 煮込みハンバーグ キャベツと鶏の炒め物 ボテトサラダ 味噌汁	ごはん 赤魚の柚庵焼き 里芋と豚の煮物 白菜のピリ辛和え 味噌汁	ごはん シロネタラのソテー ^ト 昆布大豆煮 ほうれん草のコマドレサラダ 味噌汁	ごはん クリームチキン 白菜と豚の煮物 アスパラの大葉ドレサラダ 味噌汁	ごはん 豚のピリ辛炒め 一口がんもの煮物 フルーツ
夕食	ごはん 牛皿 ほうれん草の煮浸し 奴豆腐味噌だれ 清汁	ごはん 高野豆腐の炊き合わせ 牛蒡の味噌金平 大根の和風ドレサラダ 清汁	ごはん タンドリーチキン 玉葱とツナのミニオムレツ プロッキーのタラコマヨサラダ 味噌汁	ごはん 豚カツの卵とじ もやしの炒め物 赤だし ちりめん山椒	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 茎わかめの炒め煮 カリフラワーのマヨサラダ 清汁	ごはん 木キの香草焼き じゃが芋のそぼろ煮 しろなのパンパントレサラダ 味噌汁
	1461kcal	1435kcal	1384kcal	1443kcal	1414kcal	516kcal
	7日(日)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
朝食	パン 照り焼き風肉団子 スープ フルーツ	ごはん 大豆ミートバーグ 味噌汁 漬物	ごはん ミートオムレツ 味噌汁 梅干し	ごはん 筑前煮 味噌汁 漬物	ごはん でんぶ入りだし巻き卵 味噌汁 漬物	ごはん チキンナゲット 味噌汁 漬物
昼食	ごはん 焼き鰯の南蛮漬け 里芋の煮物 キャベツのパンパントレサラダ 味噌汁	ごはん 刺身 筍と昆布の煮物 プロッキーのスローサラダ 味噌汁	ごはん 鯖の照り煮 ビーマンと豚の炒め物 春雨サラダ 味噌汁	ごはん 合鴨スライスと千草焼き ひじき煮 カリフラワーのレモンドレサラダ ポタージュ	散らし寿司 大豆煮 しろなの和え物 味噌汁	ごはん 鶏チリ 金時豆煮 もやしの香味ドレサラダ 中華スープ
夕食	ごはん 擬製豆腐 青梗菜の炒め物 味噌汁 フルーツ	ごはん 白身魚の竜田揚げ 切り干し大根の煮物 豚汁 漬物	ごはん 蒸し鶏梅ソース 絹揚げの煮物 マカロニサラダ 味噌汁	ごはん ホッケのたれ焼き 高野のそぼろ煮 白菜のピーナッツ和え 味噌汁	ごはん 白身魚の味噌煮 白菜のとろみ炒め ポテトサラダ 清汁	ごはん 豚の和風炒め 奴豆腐大葉味噌だれ ひじきのマヨサラダ 味噌汁
	1415kcal	1342kcal	1468kcal	1476kcal	1422kcal	1415kcal
	14日(日)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
朝食	パン 鶏つみれの煮物 コンソメスープ フルーツ	ごはん スクランブルエッグ 味噌汁 漬物	ごはん お魚厚揚げの煮物 味噌汁 漬物	ごはん 玉子焼き 味噌汁 漬物	ごはん メヌケの焼き浸し 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚のつみれ 味噌汁 梅干し
昼食	ごはん 白身魚の煮付け うまい葉の炒め物 スペゲッティサラダ とろろ汁	ごはん レモンチキン 牛蒡の煮物 味噌汁 ヨーグルトマンゴーソース	醤油ラーメン えびշுマイ 杏仁豆腐とフルーツ缶	ごはん ホキのソテー ^ト 小松菜の炒め物 カリフラワーのバジルドレサラダ 味噌汁	ごはん ハンバーグドミソース 高野のサイコロ煮 南瓜サラダ 味噌汁	木の葉丼 もやしと鶏の炒め物 刻みとろろの梅和え 味噌汁
夕食	ごはん 豚の野菜炒め イカ糸紗焼き プロッキーの塩ぽん和え 味噌汁	ごはん 鰯の照り焼き もやしの炒め物 隠元のスローサラダ 味噌汁	ごはん 牛肉コロッケ 絹揚げの煮物 白菜の和え物 味噌汁	ごはん 豚の山椒煮 キャベツとアサリの炒め物 奴豆腐 味噌汁	ごはん おでん 金平ごぼう はちみつねり梅 味噌汁	ごはん 豚のブルコギ イカ糸紗焼き 白菜の麦味噌和え 味噌汁
	1373kcal	1434kcal	1447kcal	1428kcal	1449kcal	1483kcal
	21日(日)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
朝食	パン チキンピカタ トマトスープ フルーツ	ごはん 擬製豆腐 味噌汁 漬物	ごはん かに玉 味噌汁 漬物	ごはん 鶏つみれ 味噌汁 漬物	ごはん さつま揚げの煮物 味噌汁 漬物	ごはん ハムチーズピカタ 味噌汁 漬物
昼食	ごはん 赤魚の西京焼き ひじきの煮物 さつま芋サラダ 味噌汁	ごはん 豚のごま醤油炒め 南瓜の含め煮 キャベツのマヨサラダ 赤だし	ねぎとろ丼 豚と絹揚げの煮物 茶碗蒸し 味噌汁	ごはん 豚と大根の利休煮 白菜のとろみ炒め 玉子豆腐 清汁	クリスマス企画	ごはん 鰯の味噌煮 大根金平 隠元のおからサラダ かきたま汁
夕食	ごはん 肉団子の甘酢あん 大豆とキャベツのじゃこ炒め 大根の和え物 清汁	ごはん 銀ひらすの照り煮 卯の花 青梗菜の辛し和え 味噌汁	ごはん 鶏の柚子茶煮 蓮根金平 大根の和風ドレサラダ 味噌汁	ごはん 鰯の香味焼き カリフラワーのソテー ^ト キャベツの塩レモンドレサラダ 味噌汁	ごはん アブラガレイの山椒煮 もやしの炒め物 白菜のあっさり漬け 味噌汁	ごはん 蒸し鶏油淋ソース 梅尾煮 キャベツのコマドレサラダ 味噌汁
	1450kcal	1394kcal	1437kcal	1381kcal	—	1457kcal
	28日(日)	29日(月)	30日(火)	31日(水)		
朝食	パン スペゲッティサラダ コンソメスープ フルーツ	ごはん 野菜とわかめの豆乳寄せ 味噌汁 梅干し	ごはん かも団子 味噌汁 漬物	ごはん 5品目具材の玉子焼き 味噌汁 漬物		
昼食	ごはん 豚のオイスター炒め ふろふき大根味噌かけ キャベツのピーナッツドレサラダ 清汁	ごはん 鶏の炭火焼き風味 白菜の炒め煮 粕汁 寒天とフルーツ缶	ごはん 白身魚の煮付け 大根と鶏の炒め物 白菜の塩ごま和え 味噌汁	キーマカレー 漬物 コンクリームコロッケ キャベツの香味ドレサラダ 苺ミルクプリン		
夕食	ごはん 鰯の生姜煮 ふかしじやが しろなの白ごま和え 味噌汁	ごはん 千草蒸し 大豆とえびの煮物 大根のパンパントレサラダ 味噌汁	ごはん 豚とキャベツの味噌炒め かにしユーマイ 南瓜サラダ 清汁	晦日そば 豚と絹揚げの炒め煮 フルーツ		
	1283kcal	1438kcal	1440kcal	1466kcal		