



12 月 の 献 立

※食材の調達状況等により献立を変更させていただく場合があります。
※()は麺類、ソフト、ミキサー食のメニューとなります。

	1日(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
朝	目玉焼き フルーツミックス 牛乳 かぼちゃのポタージュ りんごパン	さつま揚げのさっと煮 小松菜の胡麻和え 牛乳 ふりかけ(かつお) 味噌汁(わかめ・葱) 米飯(150g)	納豆和え じゃが芋とツナの炒め物 牛乳 味噌汁(白玉麩・菜の花) 米飯(150g)	鶏団子の煮物 しらすおろし 牛乳 味噌汁(春菊・葱) 米飯(150g)	魚肉ソーセージのソテー 大根サラダ 牛乳 のり佃煮 味噌汁(椎茸・ほうれん草) 米飯(150g)	がんもの煮物 ほうれん草の柚子香和え 牛乳 うに風味ソース 味噌汁(長葱・豆腐) 米飯(150g)	肉野菜そぼろ もやしの高菜和え 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(わかめ・春菊) 米飯(150g)
昼	ほっけの塩焼き ごぼうの炒り煮 胡瓜の酢の物 味噌汁(花・なめこ) 五目御飯(150g)	豚肉の生姜焼き 蓮根の柚子胡椒炒め もやしのナムル 清汁(みつば・小町麩) 米飯(150g)	煮込み稲庭うどん (鶏肉の和風炒め) いぶりがっこサラダ ヨーグルト(ブルーベリー) ※麺類はご飯・汁付き	シーフードカレー 福神漬・らっきょう きのこの和風マリネ 野菜スープ(青梗菜・コーン)	親子丼 キャベツとツナの炒め物 菜の花のザーサイ和え 清汁(万葱・とろろ昆布)	めばるのきのこソース なすのそぼろ炒め トマトと胡瓜のサラダ 味噌汁(玉葱・いんげん) 米飯(150g)	鶏肉の甘酢あん 春雨の旨煮 和風大根サラダ 味噌汁(なめこ・厚揚げ) 米飯(150g)
間	サラダせんべい	杏仁豆腐	エクレア	吹雪饅頭	コーヒーゼリー	おかき	人形焼き
夕	チキンステーキ 焼き茄子の胡麻味噌かけ 味噌汁(スナップ・玉葱) 米飯(150g)	鮭のマヨネーズ焼き 炒り豆腐 フルーツ(バナナ) 米飯(150g)	赤魚の照り焼き ビーフン炒め 味噌汁(しいたけ・大根) 米飯(150g)	豚肉と厚揚げのオyster炒め かぶとハムの中煮 フルーツ(みかん缶) 米飯(150g)	カラスカレイの山椒焼き さつま芋と切昆布煮 フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)	千草焼き 冬瓜とベーコンのコンソメ煮 りんごのコンポート 枝豆ご飯(150g)	ホキの粒マスタード焼き じゃがいもの金平 フルーツ(みかん缶) 米飯(150g)
	8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
朝	ジャーマンポテト フルーツ(黄桃缶) 牛乳 人参ポタージュ ロールパン	車麩と豚肉の煮物 とろろ芋 牛乳 味噌汁(冬瓜・万ネギ) 米飯(150g)	シューマイ 白菜のおかか和え 牛乳 うめびしお 味噌汁(小松菜・わかめ) 米飯(150g)	小町麩チャンプル 春菊の錦糸和え 牛乳 明太風味ソース 味噌汁(なす・にら) 米飯(150g)	生揚げのそぼろ煮 卵豆腐 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(板麩・ホレンソウ) 米飯(150g)	納豆和え 切干大根 牛乳 ふりかけ(かつお) 味噌汁(花麩・しいたけ) 米飯(150g)	さつま揚げの煮物 もやしの高菜和え 牛乳 かつおみそ 味噌汁(冬瓜・とろろ昆布) 米飯(150g)
昼	タンダーサーモン 鶏とキャベツのソテー マカロニサラダ コンソメスープ(しめじ・チンゲン菜) 米飯(150g)	焼きそば (豚肉と野菜のソース炒め) つくねのちゃんこ風 オレンジゼリー 中華スープ(わかめ・ごま) ※麺類はご飯付き	豚肉と大根のどて煮風 ほうれん草と卵の炒りつけ もやしと胡瓜の塩昆布和え 清汁(かいわれ・花麩) 米飯(150g)	鮭とさつま芋のクリーム煮 金平大根 パプリカとタネキのマリネ コンソメスープ(たまねぎ・コーン) 米飯(150g)	鯖の塩焼き ちくじやが煮 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(油揚げ・大根葉) 舞茸ご飯	ブラウンシチュー コールスローサラダ いちごヨーグルト 黒糖食パン	赤魚の塩こうじ焼き さつま芋の甘煮 小松菜のわさびマヨ和え 味噌汁(小町麩・絹サヤ) 米飯(150g)
間	ワッフル	バームクーヘン	手作りプリン	紅葉饅頭	せんべい(ぼたぼた焼き)	手作りバナナウンドケーキ	ストロベリーパバロア
夕	チンジャオロース なすの生姜醤油 中華スープ(ねぎ・卵) 米飯(150g)	豆腐ハンバーグ 照焼きソース ポテトサラダ フルーツ(オレンジ) 米飯(150g)	たらの和風ムニエル オクラのみそ炒め フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)	鶏肉のあっさり焼 ウインナーときのこのソテー 洋梨のコンポート 米飯(150g)	メンチカツ 春雨の中煮炒め フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	からすかれいの照り焼き 白菜とハムのコンソメ煮 フルーツカクテル 米飯(150g)	チキン南蛮 ひじきのサラダ りんごのコンポート 米飯(150g)
	15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
朝	チーズスクランブルエッグ 牛乳 クラムチャウダー ジャムパン	鶏団子の煮物 白菜の高菜和え 牛乳 のり佃煮 味噌汁(大根・かいわれ) 米飯(150g)	車麩のそぼろ煮 春菊とカニカマのおかか和え 牛乳 たまご風味ソース 味噌汁(厚揚げ・玉葱) 米飯(150g)	ちくわの炒り煮 かぶの浅漬け風 牛乳 ふりかけ(たらこ) 味噌汁(白玉麩・わかめ) 米飯(150g)	ウインナーソテー 卵豆腐 牛乳 梅びしお 味噌汁(菜の花・麩) 米飯(150g)	厚揚げのオイスター炒め とろろ芋 牛乳 味噌汁(小松菜・葱) 米飯(150g)	大根とツナの煮物 胡瓜としらすのポン酢和え 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(キヌサヤ・庄内麩) 米飯(150g)
昼	水炊き風 しらたきの中華炒め 金時煮豆 おかかご飯(150g)	担々麺 (赤魚の香味ソース) 春巻 フルーツヨーグルト ※麺類はご飯・汁付き	イタリアンチキンステーキ 冬瓜のコンソメ煮 かぼちゃサラダ 野菜スープ(アスパラ・コーン) 米飯(150g)	たらの粒マスタード焼き ふろふき大根 トマトの和風和え 清汁(わかめ・春菊) 米飯(150g)	五目炒飯 餃子 蒸し鶏のサラダ わかめスープ	キーマカレー 福神漬・らっきょう 海藻サラダ スープ(玉葱・いんげん)	鯖の幽庵焼き 南瓜のいとこ煮 キャベツのオイマヨサラダ 味噌汁(冬瓜・わかめ) 米飯(150g)
間	カステラ	乳菓まんじゅう	ミニたい焼き	リングドーナツ	バナナプリン	おかき	ぶどうゼリー
夕	たらの山椒焼き 豚肉とナスの味噌炒め 清汁(板麩・水菜) 米飯(150g)	松風焼き キャベツの酢醤油和え フルーツ(オレンジ) 米飯(150g)	カラスカレイの梅焼き 小松菜と卵の炒りつけ フルーツ(カクテル缶) 五目御飯(150g)	鶏肉の照り焼き ハムとブロッコリーのソテー フルーツ(カクテル缶) 米飯(150g)	メバルのオニオンソース 白菜と肉団子の塩煮 フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	豚肉の生姜焼き 春雨とにらのソテー フルーツ(バナナ) 米飯(150g)	蒸し豚パンバンソース なすの揚げびたし フルーツ(ぶどう缶) 米飯(150g)
	22日(日)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
朝	オムレツ フルーツ(黄桃缶) 牛乳 グリーンピースのポタージュ 食パン	鶏肉の旨煮 しらすおろし 牛乳 味噌汁(油揚げ・長葱) 米飯(150g)	京風たまご焼き 三色ナムル 牛乳 ふりかけ(さけ) 味噌汁(花麩・絹さや) 米飯(150g)	豚肉と切干大根の煮物 かぶのザーサイ和え 牛乳 うに風味ソース 味噌汁(青梗菜・なめこ) 米飯(150g)	納豆和え さつま揚げのソテー 牛乳 味噌汁(菜の花・長ネギ) 米飯(150g)	ひじきと肉団子の煮物 白菜のおかか和え 牛乳 のり佃煮 味噌汁(庄内麩・ナス) 米飯(150g)	なすのそぼろ煮 なめたけおろし 牛乳 味噌汁(小町麩・わかめ) 米飯(150g)
昼	肉じゃが 小町麩チャンプル ほうれん草のごま和え 清汁(とろろ昆布・みつば) 米飯(150g)	中華丼 菜の花のザーサイ和え 中華スープ(椎茸・青梗菜)	チキンソテー 柚子胡椒風味 和風チャウダー きのこえびのピラフ 抹茶ケーキ	ミートローフ パプリカとイカのマリネ ほうれん草のグラタン風 ミネストローネ パエリア風ご飯	メバルの煮付け 小松菜と厚揚げのソテー 蒲鉾とわかめのめた和え 清汁(かいわれ・白玉麩) 米飯(150g)	鯖の味噌煮 じゃが芋とベーコンの炒め物 糸こんにゃくの白和え 清汁(ナルト・とろろ昆布) 米飯(150g)	ビビンバ丼 きのこソテー ぶどうゼリー 味噌汁(スナップ・わかめ) 米飯(150g)
間	あんドーナツ	水ようかん	ねりきり	イチゴのショートケーキ	ロールケーキ	クレープ(いちご)	どら焼き
夕	赤魚の香味ソース 肉団子のケチャップ煮 味噌汁(庄内麩・菜の花) 米飯(150g)	鯖の山椒焼き ビーフンソテー 洋梨のコンポート 米飯(150g)	牛肉コロッケ 白菜と春雨のコンソメ煮 フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	たらの田楽焼き 卵の花炒め フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)	つくねの照り焼き 大根のかにかまあんかけ フルーツ(ぶどう缶) 米飯(150g)	豚肉とトマトの卵炒め かぶとウインナーの中煮 りんごのコンポート 米飯(150g)	ホッケの塩焼き 牛蒡と豚肉の炒り煮 フルーツ(黄桃缶) 炒り卵ご飯(150g)
	29日(日)	30日(月)	31日(火)	<div data-bbox="945 2315 1134 2463" data-label="Image"></div> <h2>12月の行事食</h2> <p>12月3日 秋田県郷土料理</p> <p>12月21日 冬至</p> <p>12月24、25日 クリスマス</p> <p>12月31日 大晦日(年越しそば)</p> <div data-bbox="1764 2522 1869 2760" data-label="Image"></div>			
朝	じゃがいものクリーム煮 フルーツ(フルーツカクテル缶) 牛乳 コンソメスープ(玉葱・アスパラ) ロールパン	さつま揚げのさっと煮 白菜の浅漬け風 牛乳 のり佃煮 味噌汁(庄内麩・椎茸) 米飯(150g)	ウインナーソテー ブロッコリーのサラダ 牛乳 ふりかけ(かつお) 味噌汁(庄内麩・大根葉) 米飯(150g)				
昼	鮭のちゃんちゃん焼き 南瓜きんとん もやしの塩昆布和え 味噌汁(わかめ・小松菜) 米飯(150g)	チキンソテーサルソース キャベツとツナのカレー炒め 海藻サラダ コンソメスープ(コーン) 米飯(150g)	年越しそば (天丼) 蒸し鶏のサラダ フルーツ(みかん) ※麺類は汁付き				
間	おかき	ヨーグルトパバロア	シュークリーム				
夕	バーベキューポーク ブロッコリーの粉チーズ炒め 味噌汁(油揚げ・長葱) 米飯(150g)	タラのタルタル焼き 切干大根の煮物 フルーツ(白桃缶) 米飯(150g)	豚肉のすき焼き風煮 温泉卵 フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)				