



# 12月献立予定表



家族を食べよう 12月2日~5日

2月	ごはん	3火	レーズンパン	4水	豚ごぼうごはん	5木	ごはん	6金	焼きそば
	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳
	ローズポーク餃子②		ポークビーンズ		こまいフライ③		豆腐の中華煮		チキンサラダ
	千ゲンサイの酢醤油和え		オニオンドレッシングサラダ		生姜和え		バンサンスー		ピタパン
	大根と鶏肉の中華炒め煮								
9月	ごはん	10火	ミルクパン	11水	ごはん	12木	黒パン	13金	ごはん
	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳
	鯖のみそだれかけ		米粉のフライドチキン④		根菜カレー		白身魚のバジルフライ⑤		豚肉のスタミナ炒め
	かまぼこの土佐和え		レモンドレッシングサラダ		海藻サラダ		コールスローサラダ		鯖のつみれ汁
	けんちん汁		さつまいものミネストローネ				ウインナーと豆のスープ		
16月	ごはん	17火	はちみつパン	18水	ごはん	19木	ミートソーススパゲッティ	20金	カレーピラフ
	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳
	いわしのにんにく醤油かけ⑥		白菜のクリーム煮		鮭の幽庵焼き		コロケ (廃油)		ハンバーグマスタードソース
	即席漬け		キャベツとハムのサラダ		ごまあえ		寒天入りヘルシーサラダ		小松菜サラダ
	みぞれ汁		アセロラゼリー		ほうとう				クリスマスデザート
23月	アップルシナモントースト								揚げ物
	牛乳								焼き物
	ポトフ								蒸し物
	ヨーグルト								ポイル

