



12月献立表



一富士フードサービス(株)

		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		つみれと野菜の煮物 青菜のポン酢和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	はんぺんの玉子とじ ほうれん草の和え物 のり佃煮 ジュース 御飯 みそ汁	高野豆腐と野菜の含煮 菜の花のわさび和え 漬物 牛乳 梅しそ御飯 みそ汁	目玉焼 ブロッコリーサラダ ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	焼き魚(あじ) キャベツのお浸し 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	しらす雑炊 里芋ごまよごし たまねぎのおかか和え 牛乳
昼食		ポークカレー グリーンサラダ みかんヨーグルト スープ	トマトソースハンバーグ マカロニサラダ フルーツ 御飯 スープ	マカロニグラタン 青菜とエリンギのソテー フルーツ パン スープ	長崎風ちゃんぽん 揚げ焼売 カリフラワーサラダ フルーツ	三色そばろ丼 揚げ出し豆腐 海草サラダ みそ汁	かれいのみりん焼 炊合せ ブロッコリーの辛子和え 炊込み御飯 みそ汁
おやつ		チョコパン	紅茶ケーキ	蒸しようかん	スイスロール	バームクーヘン	スイートポテト
夕食		ほっけの塩焼き 煮奴 かぶと油揚げの和えもの 御飯 みそ汁	じゃがいもと鶏肉のごろっとみそ炒め 白菜と小えびの炒め煮 もやしのおかか和え 御飯 すまし汁	豚肉のしぐれ煮 笹かまぼこ 浅漬 御飯 みそ汁	厚揚げと海老の炒め物 さつまいものツナマヨ和え 白菜のごままぶし 御飯 みそ汁	かにクリームコロッケ 切干大根の煮物 いんげんのマヨ醤油和え 御飯 みそ汁	おでん ひじきとれんこんのごま味噌炒め 小松菜の胡桃和え 茶飯 みそ汁
		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)
朝食		ポトフ ウィンナーと野菜のソテー カリフラワーサラダ パン 牛乳	ツナ入り野菜炒め ほうれん草の和え物 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	トマトリゾット ポパイエッグ スパゲティサラダ ジュース	フィッシュソーセージのソテー 白菜のごま和え 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	さつま揚げの甘辛炒め いんげんのおかか和え ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	鶏肉と里芋の煮物 花野菜サラダ 納豆 ミックスジュース 御飯 みそ汁
昼食		豚肉の梅にんにくだれ 玉子とじ 春菊のお浸し 御飯 みそ汁	カレーライス シーザーサラダ バナナヨーグルト コンソメスープ	たらこの磯マヨネーズ焼 冬瓜のそぼろあんかけ きゅうりもみ 御飯 すまし汁	鶏のチーズパン粉焼 ジャーマンポテト ひじきサラダ 御飯 みそ汁	味噌ラーメン 焼き餃子 チンゲン菜の中華和え フルーツ	 高菜チャーハン 肉団子の甘酢がらめ 春雨サラダ 漬物 中華スープ
おやつ		おしるこ	チョコレートババロア	りんごケーキ	あんぱん	大学芋	吹雪饅頭
夕食		鶏肉のおろし煮 かぼちゃのいとこ煮 酢の物 菜めし御飯 みそ汁	赤魚の煮付 いかリングフライ 浅漬 御飯 みそ汁	肉豆腐 ひじきの炒めもの ピーナッツ和え 御飯 みそ汁	豚肉の生姜炒め 揚げなすの煮浸し ブロッコリーの菜種和え 御飯 みそ汁	ちくさ焼 金平ごぼう ほうれん草のおぼろ和え 御飯 みそ汁	豚肉のポン酢炒め だし巻玉子 三色お浸し 御飯 みそ汁
		12月14日(日)	12月15日(月)	12月16日(火)	12月17日(水)	12月18日(木)	12月19日(金)
朝食		ロールパンサンド ハムとじゃが芋のソテー 牛乳 コンソメスープ	巣ごもり卵 ツナ和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	さけの塩焼 キャベツの和え物 たいみそ ジュース 御飯 みそ汁	炒り豆腐 菜の花のお浸し 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	玉子炒め 春菊のくるみ和え ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	大根と豚肉の煮物 ほうれん草とえのきの和え物 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁
昼食		鶏肉のチリソース炒め 中華風冷奴 ナムル 御飯 スープ	たらこの博多焼 じゃがいもとさつま揚げの煮物 ごぼうサラダ 御飯 みそ汁	麻婆豆腐 水ギョーザ 春雨と蒸し鶏のサラダ スープ	ちらし寿司 はんぺんの煮物 白菜の和えもの フルーツ みそ汁	味噌煮込みうどん じゃが芋のそぼろあんかけ 白和え 御飯 コンソメスープ	チキンのトマトソース かぶとベーコンのマスタードサラダ フルーツ 御飯 コンソメスープ
おやつ		黒糖きなこ蒸しパン	ずんだもち	牛乳寒天	 ディナミスロールケーキ	黒糖饅頭	コーヒーゼリー
夕食		牛肉のオイスター炒め がんもの煮物 みぞれ和え 御飯 みそ汁	鶏肉のみそくわ焼 なすの香味和え ごま豆腐 御飯 すまし汁	野菜たっぷり柳川風 里芋の田楽 春雨のわさびマヨネーズ和え 御飯 すまし汁	ぶり大根 なすの揚げ浸し ごま酢和え 御飯 みそ汁	豚肉と小松菜の山椒炒め 切干大根の煮物 きゅうりのもみ漬 御飯 みそ汁	さばの味噌煮 切り昆布と厚揚げの煮物 とろろ 麦飯 すまし汁
		12月21日(日)	12月22日(月)	12月23日(火)	12月24日(水)	12月25日(木)	12月26日(金)
朝食		肉団子のトマト煮 花野菜とコーンのサラダ フルーツ パン 牛乳	目玉焼 キャベツのおかか和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	チーズリゾット スクランブルエッグ ブロッコリーサラダ ジュース	がんもの煮物 いんげんのお浸し 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	卵入り野菜炒め 菜の花の和え物 ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	大根と豚肉の煮物 小松菜の海苔和え 納豆 ミックスジュース 御飯 みそ汁
昼食		 クリスマス	豚丼 カリフラワーのさっぱり和え フルーツ みそ汁	チキンピカタ いんげんのベッパソテー スパゲティサラダ ピラフ コンソメスープ	シュクメルリ風 大根のベーコン煮 さくらげとキャベツのコールスローサラダ 御飯 オニオンスープ	ツナトマトスパゲティ コーンサラダ フルーツ スープ	ドライカレー コーンクリーム煮 コンソメスープ フルーツ
おやつ		シュークリーム	きなこプリン 黒みつかけ	酒まんじゅう	 クリスマスケーキ	ピーチムース	クリームパン
夕食		焼豆腐と豚肉の五目旨煮 大根ときこの金平風 ほうれん草のポン酢和え 御飯 みそ汁	赤魚のおろしあん チンゲンサイのお浸し かぼちゃの含煮 御飯 みそ汁	れんこんと里芋の煮物 ひじきサラダ 御飯 みそ汁	揚げなすの酢味噌かけ 浅漬 御飯 すまし汁	肉じゃが 白菜と小えびの中華煮 昆布豆 御飯 みそ汁	かぼちゃ挽肉フライ えび入りしんじょうと野菜の煮物 さっぱり和え 御飯 みそ汁
		12月28日(日)	12月29日(月)	12月30日(火)	12月31日(水)		
朝食		フレンチトースト チンゲン菜のソテー かぼちゃサラダ コンソメスープ 牛乳	さばの塩焼 カリフラワーの梅しそ和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	ウィンナーのケチャップ炒め ツナサラダ のり佃煮 ジュース 御飯 みそ汁	がんもと野菜の煮付 キャベツのマヨ醤油和え 漬物 牛乳 御飯 みそ汁		
昼食		ポークソテー 高野豆腐含め煮 切干大根のサラダ 御飯 みそ汁	チキン南蛮 五目豆 フルーツ 御飯 みそ汁	チンジャオロースー 2色シューマイ 中華風サラダ奴 御飯 中華スープ	鶏肉のさっぱりお酢煮 メンチカツ 和風ポテトサラダ 御飯 みそ汁		
おやつ		抹茶の蒸しケーキ	マンゴープリン	パンプディング	きみしぐれ		
夕食		あじの和風マリネ 鶏肉とごぼうの煮物 酢の物 御飯 みそ汁	貝だくさんオムレツ ウィンナーと野菜のソテー ポテトサラダ 御飯 すまし汁	鶏肉と野菜の生姜煮 ひじきのごま味噌炒め 白菜のコールスローサラダ 御飯 かき玉汁	年越しそば だし巻き玉子 ほうれん草のわさび和え フルーツ		

献立が一部変更になる場合がございます。ご了承ください。当社は国内産のお米を使用しています。