



土支田デイサービスセンター 12月献立表



	月	火	水	木	金	土
昼食	都合により献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。			ご飯 味噌汁 鮭のおろし煮 ひじき煮 竹輪ゴママヨ和え 漬物	三色丼 清汁 スパゲティサラダ フルーツ	ゆかりご飯 味噌汁 赤魚の煮付け 里芋の含め煮 豆サラダ 漬物
	3			さつま芋カップケーキ エネルギー 532kcal	豆乳くずもち エネルギー 474kcal	人形焼き エネルギー 556kcal
昼食	5	6	7	8	9	10
	ご飯 味噌汁 豚肉の青椒風 なすの揚げ浸し ほうれん草のごま和え フルーツ	ご飯 スープ 麻婆豆腐 じゃがいも金平 マカロニサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 鯖の香味焼き 里芋の柚子みそ煮 カニ風味サラダ 漬物	ご飯 ポトフ 白身魚フライ ほうれん草と油揚げの和え物	ご飯 味噌汁 豚肉オイスター炒め ふろふき大根 ブロッコリーサラダ フルーツ	ビビンバ丼 スープ がんもみぞれ煮 フルーツ
3	黒糖かん エネルギー 509kcal	水ようかん エネルギー 523kcal	ロールケーキ エネルギー 648kcal	あんぱん エネルギー 610kcal	りんこのコンポート エネルギー 503kcal	ドーナツ エネルギー 604kcal
昼食	12	13	14	15	16	17
	ご飯 味噌汁 メンチカツ 大豆と鶏挽きのトマト煮 カリフラワーの甘酢 漬物	ご飯 味噌汁 鯖のもろみ焼き 筑前煮 もやしのポン酢和え 漬物	ご飯 味噌汁 鯖の野菜あんかけ ポークビーンズ キャベツの辛子和え 漬物	中華丼 スープ 高野豆腐含め煮 フルーツ	ご飯 清汁 カレーの煮付け 豚挽きの炒め煮 花野菜サラダ 漬物	ご飯 スープ 肉団子の甘酢あんかけ じゃが芋の煮物 切干ゆず香り 漬物
3	茶まんじゅう エネルギー 593kcal	コーヒーゼリー エネルギー 596kcal	バナナパフェ エネルギー 526kcal	あんみつ エネルギー 541kcal	どら焼き エネルギー 503kcal	豆乳まんじゅう エネルギー 624kcal
昼食	19	20	21	 <h2>クリスマスメニュー</h2>		
	ご飯 味噌汁 ほっけの塩焼き 厚揚げの煮物 蒸し鶏根菜ごまサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 コロツケ 切干大根煮 春菊の和え物 フルーツ	お粥(備番) 味噌汁 太刀魚の塩焼き 大根の煮物 きのこと小松菜のごま和え			
3	手作りおやつ エネルギー 539kcal	ココアプリン エネルギー 623kcal	人参カップケーキ エネルギー 516kcal	ケーキ エネルギー 684kcal	ケーキ エネルギー 772kcal	ケーキ エネルギー 672kcal
昼食	26	27	28	29	30	31
	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 野菜炒め 海藻サラダ 漬物	親子丼 味噌汁 南瓜のいとこ煮 フルーツ	年越しそば さつま芋の甘煮 ブロッコリー酢味噌和え フルーツ	年越しそば 大根旨煮 ツナサラダ フルーツ	年越しそば じゃが芋のそぼろ煮 キャベツのサラダ フルーツ	
3	バームクーヘン エネルギー 641kcal	抹茶ムース エネルギー 568kcal	プリン エネルギー 569kcal	杏仁豆腐 エネルギー 518kcal	選択おやつ エネルギー 560kcal	