

2021年12月

日付	完了食	
	午前食	午後食
1 (水)	焼肉丼 (豚こま肉・醤油・味噌・砂糖・ごま・生姜・玉ねぎ・人参・ピーマン・ごま油) わかめスープ さっぱりサラダ (きゅうり・人参・酢・砂糖・ごま油・醤油) りんご	牛乳 ポテトグラタン (玉ねぎ・コーン・じゃが芋・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ・チーズ)
2 (木)	軟飯 スープ (えのき・玉ねぎ) 鶏と里芋のトマト煮 (鶏もも肉・里芋・玉ねぎ・人参・トマト・バター・砂糖・醤油・味噌) ブロッコリーのツナサラダ (ブロッコリー・キャベツ・人参・ツナ・砂糖・醤油・酢・油)	牛乳 ラスク (食パン・バター・グラニュー糖)
3 (金)	みそうどん (豚ひき肉・もやし・人参・ねぎ・コーン・ごま油・砂糖・醤油・味噌) 大根サラダ (大根・きゅうり・すりごま・マヨネーズ・かつお節・醤油)	牛乳 しらすチーズ軟飯 (米・しらす・チーズ・あおのり・しょうゆ)
4 (土)	他人丼 (豚こま肉・玉ねぎ・人参・卵・かつお昆布だし・砂糖・醤油) みそ汁 (小松菜) かぼちゃの甘辛焼き (かぼちゃ・片栗粉・油・砂糖・醤油・ごま)	牛乳 蒸しパン (小麦粉・ベーキングパウダー・卵・砂糖・牛乳・油・バター)
6 (月)	軟飯 みそ汁 (大根・豆腐) 豚肉のごまみそ焼き (豚こま肉・玉ねぎ・黒ごま・片栗粉・醤油・砂糖・味噌) マゼドアンサラダ (じゃが芋・きゅうり・人参・チーズ・マヨネーズ)	牛乳 ビーフン (ビーフン・玉ねぎ・人参・ニラ・ごま油・砂糖・醤油)
7 (火)	うどん (豚ひき肉・玉ねぎ・人参・しめじ・チンゲン菜・昆布だし・砂糖・醤油) コールスローサラダ (キャベツ・きゅうり・人参・コーン・砂糖・酢・油) オレンジ	牛乳 おでん (大根・じゃが芋・人参・かつお昆布だし・砂糖・醤油)
8 (水)	食パン コーンスープ (クリームコーン・玉ねぎ・バター・牛乳・コンソメ) カジキのフライ (カジキ・小麦粉・水・パン粉・粉チーズ・油) ブロッコリーサラダ (ブロッコリー・キャベツ・人参・すりごま・マヨネーズ)	牛乳 しらす軟飯 (米・しらす・ごま・醤油)
9 (木)	軟飯 スープ (カブ) 鶏のてりやき (鶏もも肉・砂糖・醤油・生姜) キャベツのおかか和え (キャベツ・人参・かつお節・醤油・砂糖・ごま油)	牛乳 コーンフレーク バナナ
10 (金)	軟飯 みそ汁 (ねぎ・わかめ) 肉じゃが (豚こま肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・かつお昆布だし・砂糖・醤油) ほうれん草の納豆和え (ほうれん草・人参・ひきわり納豆・ごま・醤油)	牛乳 ちんすこう (小麦粉・砂糖・油)
11 (土)	親子うどん (うどん・鶏もも肉・玉ねぎ・人参・ほうれん草・卵・かつお昆布だし・砂糖・醤油) じゃこサラダ (ブロッコリー・人参・しらす・ごま油・砂糖・酢・醤油)	牛乳 ドリア (玉ねぎ・しめじ・コーン・バター・牛乳・小麦粉・コンソメ・チーズ)
13 (月)	わかめ軟飯 みそ汁 (麩) 鶏と大根のうま煮 (鶏もも肉・大根・人参・レンコン・小松菜・かつお昆布だし・砂糖・醤油) かぼちゃサラダ (かぼちゃ・きゅうり・玉ねぎ・酢・マヨネーズ)	牛乳 マドレーヌ (小麦粉・ベーキングパウダー・バター・卵・砂糖)
14 (火)	コーンパン マカロニスープ (マカロニ・玉ねぎ・人参・ケチャップ・コンソメ) ミートローフ (豚ひき肉・玉ねぎ・人参・生姜・パン粉・牛乳) キュービックサラダ (きゅうり・人参・大根・チーズ・醤油) みかん	牛乳 りんごケーキ (りんご・ホットケーキ粉・卵・バター・牛乳)
15 (水)	豚汁うどん (うどん・豚こま肉・大根・人参・ごぼう・里芋・豆腐・かつお昆布だし・砂糖・醤油・味噌) さつまいもの天ぷら りんご	牛乳 おかか軟飯 (米・かつお節・醤油)
16 (木)	豚丼 (豚こま肉・玉ねぎ・人参・しめじ・ごま油・砂糖・醤油) スープ (チンゲン菜・人参) 卵サラダ (ブロッコリー・きゅうり・玉ねぎ・油・卵・マヨネーズ)	牛乳 フルーツヨーグルト (プレーンヨーグルト・グラニュー糖・バナナ・みかん缶) クラッカー
17 (金)	軟飯 むらくも汁 (ほうれん草・人参・卵・かつお昆布だし・醤油) 鮭の塩焼き ひじきの五目煮 (ひじき・人参・大豆水煮・かつお昆布だし・砂糖・醤油)	牛乳 きなこ揚げパン (コッパン・油・グラニュー糖・きなこ)
18 (土)	二色丼 (鶏ひき肉・かつお昆布だし・砂糖・醤油・卵・油) みそ汁 (カブ・豆腐・かつお昆布だし・味噌) ごまマヨサラダ (キャベツ・きゅうり・人参・すりごま・マヨネーズ)	牛乳 ジャムクッキー (バター・グラニュー糖・卵・牛乳・小麦粉・いちごジャム)
20 (月)	あんかけうどん (豚こま肉・白菜・玉ねぎ・人参・もやし・えのき・ごま油・砂糖・醤油・片栗粉) かきたまスープ (卵・万能ねぎ) レンコンサラダ (レンコン・きゅうり・キャベツ・すりごま・酢・砂糖・ごま油・醤油)	牛乳 スイートポテト (さつまいも・砂糖・バター・牛乳・黒ごま)
21 (火)	てりやき丼 (鶏もも肉・玉ねぎ・人参・バター・砂糖・醤油) ジュリアンスープ (玉ねぎ・人参・キャベツ) ミモザサラダ (ブロッコリー・きゅうり・ツナ・チーズ・卵・マヨネーズ) りんご	牛乳 デコレーションケーキ (卵・油・牛乳・グラニュー糖・ホットケーキ粉・バナナ・生クリーム) クッキー (バター・グラニュー糖・小麦粉・卵)
22 (水)	軟飯 スープ (ねぎ・豆腐) 八宝菜 (豚こま肉・白菜・玉ねぎ・人参・しめじ・もやし・ピーマン・コーン・ごま油・砂糖・醤油) かぼちゃの甘煮 (かぼちゃ・昆布だし・砂糖・醤油)	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ・きなこ・砂糖)
23 (木)	ロールパン スープ (玉ねぎ・じゃが芋) 白身魚のケチャップあんかけ (玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ・ケチャップ・コンソメ・砂糖・醤油・片栗粉) チーズサラダ (キャベツ・きゅうり・人参・チーズ・砂糖・酢・油・醤油) オレンジ	牛乳 豚みそ軟飯 (豚ひき肉・生姜・ねぎ・砂糖・醤油・味噌・ごま・かつお節)
24 (金)	ピビンパ丼 (豚ひき肉・ごま油・砂糖・醤油・味噌・小松菜・人参・もやし) みそ汁 (麩) わかめサラダ (わかめ・大根・きゅうり・ごま油・砂糖・醤油・酢)	牛乳 ミルク蒸しパン (小麦粉・ベーキングパウダー・卵・砂糖・牛乳・油・バター)
25 (土)	うどん (豚ひき肉・玉ねぎ・しめじ・ほうれん草・昆布だし・醤油・味噌) 白菜のツナサラダ (白菜・人参・ツナ・コーン・マヨネーズ)	牛乳 アンパンマンビスケット ハイハイ
27 (月)	鶏肉のうま煮 (米・鶏もも肉・しょうが・白菜・玉ねぎ・人参・エリンギ・砂糖・醤油・味噌・ごま油・片栗粉) スープ (チンゲン菜・コーン) はるさめサラダ (春雨・きゅうり・人参・酢・砂糖・醤油・ごま油・ごま)	牛乳 ミルクマフィン (ホットケーキ粉・卵・砂糖・牛乳・油・バター)
28 (火)	年越しうどん (うどん・わかめ・豚こま・ねぎ・人参・大根・かつお昆布だし・砂糖・醤油) じゃがいものきんぴら (じゃが芋・人参・油・砂糖・醤油・ごま) みかん	牛乳 しらすチャーハン (しらす・玉ねぎ・人参・ピーマン・卵)