

12月 献立表

月	火	水	木	金	土
				1日	2日
				ちんげんさいの からしあえ  ちんげんさいの からしあえ  チキンピカタ  ごはん  みそしる 	おやすみ
4日	5日	6日	7日	8日	9日
こんさいのもの  かふうサラダ  ブルコギふういため  ごはん  みそしる 	しゅんぎくの にびたし  ちくわサラダ  さけのしおやき  ごはん  みそしる 	なのはないため  やさいのマリネ  クリームシチュー  ごはん  みそしる 	じゃがいも ピーマンいため  ひじきの みそあえ  ひれかつ  ごはん  ちゅうかスープ 	がんものにも  こまつな フレンチサラダ  オムソバ  ごはん  みそしる 	はるさめいため ブロッコリー マヨあえ チキンジンジャーフライ ごはん みそしる
11日	12日	13日	14日	15日	16日
だいずにまめ  こんさいサラダ  ぶたの しょうがやき  ごはん  みそしる 	ほうれんそうと きのこのにびたし  だいこんサラダ  ちゃんぽん  ごはん  みそしる 	キャベツの ツナいため  ちくわこんにやく きんぴら  マーボーどん  ごはん  みそしる 	かくあげにも  カリフラワー あまずあえ  チキンソテー わふうきのソース  ごはん  みそしる 	さんしょくやさい のいためもの  オクラの すのもの  さばのみそに  ごはん  わかめスープ 	おやすみ
18日	19日	20日	21日	22日	23日
こんにやくいりに  こまつなわさび しょうゆあえ  ちきんなんばん  ごはん  みそしる 	えびかつ  ほうれんそうの あえもの  はっぼうさい  ごはん  みそしる 	こうやどうふの にも  ゆかりあえ  かきあげうどん  ごはん  みそしる 	ぶたにくと だいこんのもの  きんぴらごぼう  あかうおのしょうがに  ごはん  みそしる 	やさいサラダ  カレーライス  ぶどうゼリー 	ひじきのいりに  マカロニサラダ  ビビンバどん ごはん ちゅうかスープ
25日	26日	27日	28日		
ポテトサラダ  ケーキ  ローストチキン  ピラフ  ミネストローネ 	しゅうまい  しろなの とさあえ  すぶた  ごはん  みそしる 	ごぼうの あまからいため  ちんげんさいの ごまあえ  オープンオムレツ  ごはん  みそしる 	じゃがいもいため  しろなおひたし  としこそば  たきこみごはん 		