令和5年12月後半　献立表

社会福祉法人　真寿会

						12月16日（土）	12月17日（日）
朝						あんぱん ｳｨﾝﾅｰと野菜のｿﾃｰ 牛乳 フルーツ缶（洋梨）	ごはん 切干大根の炒り煮 吉野汁 ふりかけ（のりたま）
昼						生姜あんかけうどん 鶏のから揚げ 白菜のゆかり和え フルーツ缶（みかん）	ごはん 肉豆腐 じゃが芋のたらこ炒め フルーツ（キウイ） 味噌汁
おやつ						ｽﾄﾛﾍﾞﾘｰｶｽﾀｰﾄﾞﾀﾙﾄ	カラメルプリン
夕						ごはん さばのみりん焼き ぜんまい煮 フルーツ（メロン） 香の物（つぼ漬け）	ごはん しいらのﾑﾆｴﾙ かぶのコンソメ煮 ブロッコリーサラダ フルーツ缶（黄桃）

12月25日は　✧クリスマス✧
昼食やおやつがクリスマス仕様に
なります✨

おやつのクリスマスプリンは
クリスマスならではの飾りつけを
予定しています。
おたのしみに❀

	12月18日（月）	12月19日（火）	12月20日（水）	12月21日（木）	12月22日（金）	12月23日（土）	12月24日（日）
朝	鶏雑炊 千草焼き フルーツ缶（白桃）	ごはん チンゲン菜の煮浸し 味噌汁 ふりかけ（しそ）	チョコパン ﾁｷﾝﾎﾞｰﾙと野菜のｺﾝｿﾒ煮 牛乳 フルーツ缶（黄桃）	卵雑炊 里芋の揚げ出し フルーツ缶（マンゴー）	鮭雑炊 ﾋﾟｰﾏﾝの炒め煮 フルーツ（りんご）	クリームパン ジャーマンポテト 牛乳 フルーツ缶（みかん）	ごはん 豚肉と野菜の旨煮 具沢山味噌汁 ふりかけ（鮭）
昼	ごはん マトウダイの香味焼き キャベツのおかか和え フルーツ缶（マンゴー） 味噌汁	手作りカレー コールスローサラダ フルーツ缶（りんご） 福神漬け	ごはん 銀だらの照り焼き 冬瓜のそぼろがけ フルーツ（オレンジ） 味噌汁	ごはん ひれかつ えびとﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和え物 フルーツ（パイン） 味噌汁	二色丼 かぶの信田煮 なすのおろし醤油和え 味噌汁	ごはん あじの南蛮漬け 二色和え フルーツ缶（洋梨） 味噌汁	ごはん 黄金かれいの照り煮 きんぴらごぼう 香の物（つぼ漬け） すまし汁
おやつ	黒糖蒸しパン	どら焼き（カスタード）	黒糖饅頭	ウィンナー蒸しパン	洋梨のタルト	今川焼き	さつま芋蒸しパン
夕	ごはん 豚肉の玉葱ソース炒め 里芋の含め煮 フルーツ（パイン） きゅうりの酢の物	ごはん 白身魚のからしマヨネーズ焼き ひじきの煮物 フルーツ缶（ミックス） 香の物（しば漬け）	ごはん 鶏肉のケチャップ焼き ジャーマンポテト キャロットサラダ コンソメスープ	ごはん 赤魚のﾊﾞﾀｰ醤油焼き 炒り鶏 キャベツの磯和え すまし汁	ごはん さわらの幽庵焼き かぼちゃのいとこ煮 きゅうりの生姜醤油和え 吉野汁	ごはん 鶏肉のみそ焼き 里芋の煮物 いんげんの和風ﾏﾖﾈｰｽﾞ和え すまし汁	ごはん ミートローフ 冬瓜とえびの洋風煮 フルーツ（キウイ） ピクルス

	12月25日（月）	12月26日（火）	12月27日（水）	12月28日（木）	12月29日（金）	12月30日（土）	12月31日（日）
朝	かに雑炊 厚揚げの揚げ出し風 フルーツ缶（黄桃）	ごはん 小松菜の煮浸し すまし汁 ふりかけ（たらこ）	あんぱん ベーコンと野菜のソテー 牛乳 フルーツ缶（パイン）	芋粥 大豆五目煮 フルーツ缶（洋梨）	中華雑炊 がんもの含め煮 金時豆	チョコパン 大根のポトフ 牛乳 フルーツ（白桃）	ごはん 里芋の揚げ出し 味噌汁 ふりかけ（のりたま）
昼	バターライス 鶏肉の赤ワインソース キッシュ風オムレツ フルーツカクテル コンソメスープ	鮭散らし寿司 切干大根の炒り煮 ほうれん草のごま和え 赤だし汁	ごはん チキンのカレーグリル ポテトサラダ フルーツ缶（ミックス） コンソメスープ	かき揚げそば 茄子のそぼろ煮 ほうれん草の和え物 フルーツ缶（マンゴー）	ごはん 麻婆豆腐 かに焼売 バンサンスー 中華スープ	ごはん 鶏肉のﾀﾙﾀﾙｿｰｽ焼き じゃが芋とツナの炒め物 フルーツ（りんご） 味噌汁	ごはん 牛すき煮 白菜の煮浸し 卵豆腐 フルーツ缶（洋梨）
おやつ	★Xmasプリン★	ショートケーキ	ドームケーキ（ｶｽﾀｰﾄﾞ）	ｽﾄﾛﾍﾞﾘｰｶｽﾀｰﾄﾞﾀﾙﾄ	ウィンナー蒸しパン	カステラ	どら焼き
夕	ごはん ほっけの生姜醤油焼き かぶのくず煮 フルーツ（オレンジ） きゃらぶき	ごはん 牛肉のしぐれ煮 卵の花 しろなとかまぼこの和え物 フルーツ缶（黄桃）	ごはん 太刀魚のつけ焼き えびと青梗菜の炒め フルーツ（メロン） 茶福豆	ごはん 豚肉と野菜の塩麹炒め 白菜の信田煮 フルーツ（オレンジ） わかめ佃煮	ごはん たらの生姜煮 切干ぢ亜紺の炒め煮 キャベツとハムのサラダ フルーツ（キウイ）	ごはん さばのねぎ醤油焼き かぶのそぼろ煮 小松菜の和え物 香の物（しば漬け）	海老天そば 焼き茄子生姜あん あさりと菜の花の酢味噌がけ フルーツ缶（こゆず）

※献立は一部変更になる場合があります※