

2025年12月 月間献立表

朝				昼				夕				朝				昼				夕																																																																																																													
12月1日 (月)	米飯 豆腐 (付)醤油 いかと白菜の中華 みそ汁(長葱・小松菜) ふりかけ CaとFe牛乳	赤飯 塩焼き(鯖) (付)ほうれん草 梅和え(長芋) みそ汁(椎茸・人参) デザート(パイン缶)	米飯 おでん レモンドレ和え 梨	12月11日 (木)	米飯 赤魚のみりん干し 青菜と昆布のお浸し みそ汁(南瓜・長葱) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	ミートパゲティ (ミートソース) (トピソース) コック サラダ コンソメスープ デザート(りんご缶)	米飯 牛丼 (トピソース) (トピソース) 和え物 みそ汁(わか・麴)	12月21日 (日)	米飯 京風たまご 鶏肉・根菜黒酢 みそ汁(人参・小松菜) ふりかけ(ごま) CaとFe牛乳	米飯 いし蒸し(鮭) (付)和え物 パイン煮 すまし汁(わか・麴) デザート(りんご缶)	米飯 すき焼き風(牛肉) (焼き豆腐) (春菊) 和え物 みそ汁(椎茸)	12月2日 (火)	米飯 野菜天 ひじき煮 みそ汁(厚揚げ・人参) ふりかけ CaとFe牛乳	ラーメン (トピソース) (スープ) 春巻き 飲み物(まめびよ) マレーチ	米飯 マスタードソース(白身) (付)カリフラワー ミル煮(ホウレン草) コンソメスープ(白菜・玉葱)	12月12日 (金)	米飯 厚焼きたまご 豆ひじき みそ汁(カリフラワー・南関) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	米飯 みぞれがけ(鯖) (トピソース) (トピソース) (付)茄子 白和え みそ汁(もやし・麴) デザート(みかん)	米飯 肉じゃが(豚) (トピソース) 和え物(わさび) すまし汁(もすく・葱)	12月22日 (月)	米飯 たまご豆腐 豆乳がんも みそ汁(麴・春菊) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	米飯 カレー(鶏肉) (トピソース) サラダ(盛り合わせ) デザート(ヨーグルト)	米飯 チーズムニエル(加い) (付)ソテー ポテトサラダ コンソメスープ(白菜)	12月3日 (水)	米飯 肉詰めいなり さわらの西京焼き みそ汁(大根・青梗菜) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	米飯 親子丼(鶏肉) (トピソース) 酢の物(胡瓜) みそ汁(人参・小松菜) デザート(みかん)	米飯 ライ (付)イグン・人参 サラダ(大豆) コンソメスープ(椎茸)	12月13日 (土)	米飯 高野豆腐の煮物 れんこん梅おかか和 みそ汁(かつ揚げ・人参) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	パイン 魚のチーズ焼き(鮭) ポテトサラダ コンソメスープ 飲み物(ごま)	米飯 鶏肉の香味ソース 春雨の中華煮 チヂミ 切干大根のサラダ (お弁当:既製品)	12月23日 (火)	米飯 さばの塩焼き ミートボール みそ汁(里芋) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	ちゃんぽん (トピソース) (スープ) 餃子 デザート 飲み物(まめびよ)	米飯 木の葉丼 (トピソース) 磯部炒め 清汁(厚揚げ・えのき)	12月4日 (木)	米飯 がんも アサツボルイグ みそ汁(長葱・麴) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	パイン ムニエル(加い) (ソース)トマト (付)ソテー 温里芋サラダ コンソメスープ(カリフラワー) 飲み物(ごま)	米飯 ハンバーグ(おろし) (トピソース) (付)なす チーズサラダ みそ汁(玉葱・青菜)	12月14日 (日)	米飯 五目厚焼き玉子 パイン煮 みそ汁(大根・小松菜) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	米飯 八宝菜 餃子 中華スープ デザート(マンゴース)	米飯 ごま焼き(鯖) (付)ふき 梅なめ苺和え みそ汁(冬瓜・人参)	12月24日 (水)	米飯 豆腐しゅうまい 野菜の炊き合わせ みそ汁(冬瓜・人参) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	米飯 生姜煮(ぶり) (付)焼きなす サラダ(梅) みそ汁(椎茸) デザート(ミックスフルーツ)	米飯 オニオンミートソース風 (付)粉ふき芋 (付)人参グラッセ サラダ クリームチャウダー ケーキ	12月5日 (金)	米飯 料亭風だし巻き 鮭の塩焼き みそ汁(南瓜・小松菜) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	米飯 タンドリーチキン(鶏肉) (付)玉葱・胡瓜 ソテー(ポロリ) コンソメスープ(白菜) デザート(りんご缶)	米飯 魚の照り煮(ぶり) (付)大根・人参 ほうれん草の明太子 みそ汁(麴・玉葱)	12月15日 (月)	米飯 豆腐ふわふわ れんこん・昆布煮物 みそ汁(大根・春菊) ふりかけ(ごま) CaとFe牛乳	米飯 ピザ風(加い) おム コンソメスープ(カリフラワー) デザート(ミックスフルーツ)	米飯 治部煮 (付)人参 (付)ほうれん草 とろろ芋 みそ汁(玉葱・サツマ芋)	12月25日 (木)	米飯 鰯の梅煮 卵焼き みそ汁(冬瓜・麴) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	パイン クリームチュー 白菜サラダ デザート(ヤクルト)	米飯 ポークチャップ (具) マリネ コンソメスープ	12月6日 (土)	米飯 和風さんぴら包み焼 鶏肉と白菜煮 みそ汁(大根・イグン) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	米飯 豚キムチ(豚肉) 納豆 中華スープ(卵・玉葱) デザート(マンゴース)	米飯 たらのみぞれかけ 大根のかにかまあん えびのトマトクリーム 小松菜のごま和え (お弁当:既製品)	12月16日 (火)	米飯 ししゃも 大根おろし みそ汁(ホウレン草・麴) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	パイン ム たまご サラダ ミネストローネ 飲み物 バナナ	米飯 青椒肉絲(牛肉) チヂミ3枚 中華スープ(卵・葱)	12月26日 (金)	米飯 豆腐 ししゃも みそ汁(茄子・イグン) ふりかけ CaとFe牛乳	米飯 鶏肉と里芋の煮物 和え物(辛子) みそ汁 ぜんざい	米飯 ライ (付)キャベツ 煮物 みそ汁	12月7日 (日)	米飯 おム パイン みそ汁(白菜・麴) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	米飯 かクリームコック (付)カリフラワー 温サラダ(さつま芋) トマトスープ(玉葱・人参) デザート(ミックスフルーツ)	米飯 照り焼き(鶏) (付)ソテー サラダ みそ汁(冬瓜・椎茸)	12月17日 (水)	米飯 めかぶ 厚揚げの煮物 みそ汁(イグン・人参) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	米飯 マールド焼き(鶏肉) (付)じゃが芋 生姜和え コンソメスープ(玉葱・枝豆) デザート(りんご缶)	米飯 みそ煮(鯖) (付)小松菜 柚子胡椒マ和え 清汁(麴・葱)	12月27日 (土)	米飯 温泉卵 じゃがいもコンソメム みそ汁(青梗菜・麴) CaとFe牛乳	米飯 チャンチャン焼き風(鮭) 酢の物 清汁(厚揚げ・えのき) デザート(パイン缶)	米飯 豚バラ肉豆乳ソース 大根のコンソメ炒め あじの大葉ライ 青梗菜のおム (お弁当:既製品)	12月8日 (月)	米飯 豆腐 ちくわの磯部揚げ みそ汁(長葱・ホウレン草) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	米飯 回鍋肉 海老マヨ 中華スープ(玉葱・トマト) デザート(ブルーベリー)	米飯 とろろ蒸し(加い) (トピソース) (あん) ごま酢和え みそ汁(大根・人参)	12月18日 (木)	米飯 さんまの生姜煮 ミートボール みそ汁(厚揚げ) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	米飯 パイン粉焼き(白身魚) (付)ドレ和え 中華あん コンソメスープ(パイン) デザート(みかん缶)	米飯 酢豚(豚肉) 焼売(ほうれん草)3個 中華スープ	12月28日 (日)	米飯 納豆 鶏肉とれんこん煮物 みそ汁(アサリ・長葱) ふりかけ(ごま) CaとFe牛乳	米飯 麻婆豆腐(塩) ハンバーグ 中華スープ(はんぺん) デザート(ミックスフルーツ)	米飯 塩麴焼き(鯖) (付)大根おろし パインカレー炒め すまし汁(パイン)	12月9日 (火)	米飯 はんぺんチーズ焼き 里芋のそぼろあん みそ汁(あおさ・麴) ふりかけ(ごま) CaとFe牛乳	米飯 外外焼き(鮭) (外外) スープ煮 ミルクスープ(白菜・絹) デザート(みかん缶)	米飯 肉団子のトマト煮5個 (トピソース) サラダ(キャベツ・コーン) コンソメスープ(ホウレン草)	12月19日 (金)	米飯 豆腐 いかと白菜の中華あん みそ汁(冬瓜) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	非常食 みそ汁(インスタント) デザート 飲み物	米飯 あんかけ(和風)(加い) (あん) ソテー(塩) みそ汁(大根・南関)	12月29日 (月)	米飯 パインイグ 大豆五目煮 みそ汁(白菜・小松菜) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	米飯 あんかけ(鮭) (あん) サラダ(胡瓜・ツナ) みそ汁(厚揚げ・長葱) デザート	米飯 ハンバーグ(ごま) (付)菜の花 コールドサラダ コンソメスープ(カリフラワー)	12月10日 (水)	米飯 旬彩焼き 豚バラ大根 みそ汁(芋・人参) ふりかけ(野菜) CaとFe牛乳	米飯 くわ焼き (付)長葱(蒸し焼き) 辛子和え みそ汁(茄子・小松菜) デザート(パイン缶)	米飯 マリネ風(白身魚) (トピソース) コーンチャップル コンソメスープ(キャベツ)	12月20日 (土)	米飯 ぶりのみぞれ揚げ れんこんサラダ みそ汁(南瓜・葉大根) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	焼うどん(ソース) 海老焼売 すまし汁(エビ・青菜) あんぱん 飲み物(まめびよ)	米飯 かに玉 (外) ごま酢(もやし) 中華スープ(鶏肉・玉葱)	12月30日 (火)	米飯 もすく ミートボール みそ汁(葉大根・椎茸) ふりかけ(かつお) CaとFe牛乳	米飯 生姜焼き (付)玉葱太いくし切 マヨネーズ コンソメスープ(枝豆) デザート(パイン缶)	米飯 焼魚ごまだれ(加い) (付)ふき 和風ソテー(大) 清汁(鶏肉)	12月31日 (水)	メモ						米飯 ウインナー れんこんマリネ みそ汁 ふりかけ(野菜) CaとFe牛乳	米飯 グランド風 サラダ コンソメスープ デザート	年越しそば (トピソース) (トピソース) (トピソース) (トピソース) 酢の物 チーズ蒸しパン 飲み物(まめびよ)