

12月 予定献立表

箕面市立介護老人保健施設

	12月1日(金)	12月2日(土)	12月3日(日)	12月4日(月)	12月5日(火)	12月6日(水)	12月7日(木)	12月8日(金)
朝食	ご飯 味噌汁 昆布豆 ふりかけ	カスタードロール ソーセージのソテー フルーツ 牛乳	鶏雑炊 味噌汁 ほうれん草の和え物 漬物	ご飯 味噌汁 ツナの炒め物 ふりかけ	ショコラツイスト ハムのソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき煮 漬物	ミニ山シュガー ささみのソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ウインナーの炒め物 ふりかけ
昼食	☆選択メニュー 中華丼 又は 豚肉のスタミナ丼 中華スープ カニカマ天・和え物	ご飯 味噌汁 擬製豆腐 かぶのあんかけ しらす和え	ご飯 味噌汁 メンチカツ ごぼうの炒め煮 アスパラの和え物	ご飯 すまし汁 ほっけの七味焼き 小松菜の煮浸し わかめの酢の物	ご飯 味噌汁 牛肉のすき煮 もやしの炒め物 ブロッコリーの辛子和え	☆特別食 さつま芋ご飯 天ぷら 茶碗蒸し お浸し・フルーツ	ご飯 味噌汁 めばるの漬け焼き 切り干し大根の煮物 オクラの生姜和え	ご飯 豚肉の梅肉ソース さつま芋の煮物 青菜のわさび和え フルーツ
おやつ	ベビーあんドーナツ レモンティー	カステラ お茶	クリームケーキ ミルクティー	チョコワッフル レモンティー	どら焼き お茶	やわらか大福 お茶	ショコラブチケーキ オレンジジュース	栗饅頭 お茶
夕食	ご飯 味噌汁 ぶりの煮つけ じゃがいもの炒め物 ピーナッツ和え	ご飯 すまし汁 鶏肉の治部煮 ビーフン炒め 白菜の香味和え	ご飯 すまし汁 ホキの南蛮漬け さつま芋のレモン煮 えんどうの和え物	ご飯 味噌汁 豚肉の玉葱ソース 豆腐真丈の煮物 和風スパゲティサラダ	ご飯 コンソメスープ たらのムニエル 菜の花のソテー シーザーサラダ	ご飯 すまし汁 鶏肉とピーマンの炒め 炊き合わせ いんげんの和え物	ご飯 味噌汁 肉じゃが 三色炒め 胡瓜のくるみ和え	ご飯 すまし汁 赤魚のあんかけ 梅焼きの含め煮 アスパラの和え物

	12月9日(土)	12月10日(日)	12月11日(月)	12月12日(火)	12月13日(水)	12月14日(木)	12月15日(金)
朝食	抹茶ツイスト コンソメ煮 フルーツ 牛乳	カニ雑炊 味噌汁 青梗菜の和え物 漬物	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め煮 ふりかけ	メロンパン ポテトサラダ フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ソーセージの炒め物 漬物	ストロベリーツイスト スクランブルエッグ フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ツナの炒め物 ふりかけ
昼食	ご飯 味噌汁 鶏肉のオイスター炒め 大豆の煮物 キャベツのおかか和え	ご飯 オニオンスープ 白身魚フライ 花野菜のクリーム煮 トマトサラダ	ご飯 味噌汁 さばの煮つけ ベーコンの炒め物 なめ茸和え	☆選択メニュー お好み焼き 又は 焼きそば ご飯(小) 和え物・フルーツ	ご飯 すまし汁 太刀魚のレモン醤油焼き ふきの炒め煮 かぼちゃサラダ	ご飯 つくね焼き ピーマンの炒め物 玉葱の土佐酢和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁 焼き肉風 ひじきの炒め煮 ブロッコリーの和え物
おやつ	牛乳ケーキ レモンティー	バナナカステラ お茶	抹茶饅頭 お茶	バウムクーヘン ミルクティー	カスタードシュー レモンティー	ミルク饅頭 お茶	パンケーキ(メープル) ジョア
夕食	ご飯 おでん いんげんの炒め物 二色和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁 牛肉のピリ辛炒め しろなの煮浸し 春雨サラダ	ご飯 すまし汁 鶏肉のくわ焼き いか団子の煮物 卵豆腐	ご飯(小) 味噌汁 さわらの西京焼き 茄子の煮物 小松菜の和え物	ご飯 味噌汁 牛肉の甘辛炒め 信田巻きのあんかけ えんどうの和え物	ご飯 すまし汁 カレイの柚子胡椒焼き じゃがいもの煮物 胡瓜の浅漬け	ご飯 すまし汁 赤魚の粕漬け焼き ほうれん草の炒め物 トマトの和え物



※予定献立のため、都合により変更する場合がございます。
※献立についてのご質問等がありましたら下記までご連絡下さい。

管理栄養士 井上
(072-727-9530)



	12月16日(土)	12月17日(日)	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)
朝食	ショコラロール ハムのソテー フルーツ 牛乳	きのご雑炊 味噌汁 キャベツの和え物 漬物	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め煮 ふりかけ	シュガーバターコップ ジャーマンポテト フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 きんぴらごぼう 漬物	黒糖ツイスト コンソメ煮 フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 切り干し大根の煮物 ふりかけ	カスタードロール ソーセージのソテー フルーツ 牛乳
昼食	ご飯 すまし汁 白身魚のマヨ焼き ごぼうのきんぴら カニカマサラダ	ご飯 コーンスープ ミートローフ 野菜ソテー イタリアンサラダ	ご飯 かに玉風 焼き餃子 レタスの中華和え フルーツ	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き かぶの煮物 いんげんの和え物	ハヤシライス サラダ ヨーグルト	ご飯 味噌汁 アジフライ しろなの煮浸し もやしの香味和え	ご飯 すまし汁 さばのみりん焼き かぼちゃの煮物 白菜の柚子和え	ご飯 味噌汁 牛肉のしぐれ煮 しらたきの炒め物 レタスの和え物
おやつ	今川焼 お茶	鯛焼き お茶	エクレア ぶどうジュース	焼きドーナツ(豆乳) レモンティー	酒饅頭 お茶	ワッフル レモンティー	吹雪饅頭 お茶	苺マフィン レモンティー
夕食	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩麴焼き 小松菜の煮浸し 大根の昆布和え	ご飯 味噌汁 厚揚げのバター醤油炒め かぼちゃのいところ煮 オクラの柚子和え	ご飯 味噌汁 牛肉の旨煮 ほうれん草の炒め物 胡瓜の酢の物	ご飯 すまし汁 めばるの和風あん 茄子の田楽 ブロッコリーの辛子和え	ご飯 味噌汁 ほっけの塩焼き 高野豆腐の卵とじ オクラのなめ茸和え	ご飯 春雨スープ ホイコーロー カニ焼売 わかめの和え物	ご飯 味噌汁 豚肉の塩炒め 大豆の煮物 水菜の和え物	ご飯 すまし汁 ホキの黄金焼き 里芋の煮物 ほうれん草の和え物
	12月24日(日)	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)
朝食	さつまいも雑炊 味噌汁 胡瓜の和え物 漬物	ご飯 味噌汁 竹輪の炒め煮 ふりかけ	ショコラツイスト ウインナーのソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ベーコンの炒め物 漬物	ミニ山シュガー 海老のソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ハムの炒め物 ふりかけ	抹茶ツイスト オムレツ フルーツ 牛乳	鶏雑炊 味噌汁 ツナの和え物 漬物
昼食	ご飯 すまし汁 ぶりの利休焼き 大根の煮物 アスパラのわさび和え	☆特別食 カレーピラフ ポタージュ クリスマスプレート サラダ・フルーツ	ご飯 すまし汁 鶏肉の蜂蜜照焼き ごぼうの炒め煮 オクラの和え物	ご飯 すまし汁 魚介の卵とじ 里芋の煮物 トマトの柚子和え	ご飯 すまし汁 たらの葱味噌焼き 炊き合わせ かぶのポン酢和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の柚子胡椒焼き 春菊の煮浸し さつまいもサラダ	ご飯 味噌汁 豚肉のおろしポン酢 炒り豆腐 菜の花の和え物	ゆかりご飯(小) 年越しそば 白菜の和え物 フルーツヨーグルト
おやつ	☆誕生日会 クリスマスケーキ・炭酸飲料	サンタ饅頭 コーヒー	苺エクレア ミルクティー	抹茶どら焼き お茶	レアチーズケーキ レモンティー	ドームケーキ ミルクティー	お茶饅頭 お茶	もみじ饅頭 お茶
夕食	ご飯 味噌汁 牛肉の炒め物 なすのそぼろ煮 かまぼこの和え物	ご飯 すまし汁 玉子の吹き寄せ焼き 長芋の白煮 おかか和え	ご飯 味噌汁 カレイの煮つけ キャベツの炒め物 いんげんのくるみ和え	ご飯 味噌汁 肉団子のオイスター炒め 厚揚げの煮物 カニカマの和え物	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 焼売 ナムル	ご飯 すまし汁 さわらのみりん焼き しらたきの煮物 しろなの辛子和え	ご飯 味噌汁 魚介の塩炒め 茄子の煮物 カリフラワーの和え物	ご飯 味噌汁 牛肉の柳川風 人参のごま炒め 二色和え