

12月献立表

月	火	水	木	金	土
				<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> さつまいご飯 味噌汁 鶏肉ゆうあん焼き 五目生酢 おかか煮 <p>558Kcal</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 スープ 豚肉と春雨炒め サラダ 卯の花 <p>582Kcal</p>
<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 スープ マーボー豆腐 中華サラダ ナスの炒め物 <p>575Kcal</p>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 味噌汁 鶏肉の竜田焼き 白和え 五目金平 <p>568Kcal</p>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 薄くず汁 鮭の味噌焼き 梅肉和え じゃが煮 <p>563Kcal</p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 味噌汁 魚のあんかけ グリーンサラダ かぼちゃグラタン <p>560Kcal</p>	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 味噌汁 サバの香味ソースがけ 大根サラダ 青菜炒め <p>564Kcal</p>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 スープ ムニエル キャベツサラダ 野菜のトマト煮 <p>579Kcal</p>
<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 味噌汁 鮭の沢煮蒸し ポテトサラダ 青菜のあんかけ <p>564Kcal</p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 コーンスープ 魚のピカタ カブのサラダ おろし煮 <p>563Kcal</p>	<p>13</p> <p>一年忘れ会</p>	<p>14</p> <p>一年忘れ会</p>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 スープ 牛肉と卵の炒め物 サラダ こぶ茶煮 <p>571Kcal</p>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> カレーライス サラダ 生姜煮 <p>583Kcal</p>
<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 そうめん汁 煮魚 酢めた ジャーマンポテト <p>556Kcal</p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 スープ 鶏肉の四川風 中華和え ニラ玉 <p>576Kcal</p>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 味噌汁 魚の南蛮漬け のり和え 人参のたらこ炒め <p>550Kcal</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 スープ 豚肉の焼き肉 ごぼうサラダ 切干大根の煮物 <p>576Kcal</p>	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 味噌汁 魚の香草焼き マカロニサラダ かぼちゃのいとこ煮 <p>586Kcal</p>	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 味噌汁 サバの塩焼き マリネ さつまい金平 <p>579Kcal</p>
<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> 太巻き寿司と稲荷寿司 味噌汁 鶏肉の唐揚げ ミモザサラダ <p>583Kcal</p>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 すまし汁 サバの味噌煮 梅サラダ ナスのチーズ焼き <p>570Kcal</p>	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 味噌汁 魚のネギ塩焼き かぼちゃサラダ ひじきの煮物 <p>560Kcal</p>	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 カキ玉汁 魚の粕煮 グリーンポテト ゆず和え <p>565Kcal</p>	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> 五目チャーハン スープ 八宝菜 中華和え 大学芋 <p>580Kcal</p>	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> ご飯 味噌汁 肉豆腐 おろし酢和え 煮豆 <p>580Kcal</p>

* 注文の都合により献立を変更することがあります。

いずみの苑 通所介護事業所



2023年12月