


# 12月献立予定表



	12月1日 (日)	12月2日 (月)	12月3日 (火)	12月4日 (水)	12月5日 (木)	12月6日 (金)	12月7日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 クリーミーコロッケ 青梗菜と油揚げのお浸し 肉焼売	ご飯・味噌汁 豚肉高菜炒め 切り干し大根の煮物 バナナ	ご飯・味噌汁 かれのい照り焼き れんこんの炒め物 もって菊のクルミ和え	ご飯・味噌汁 チキンカツ 根菜のたらこ煮 果物	ご飯・味噌汁 さばのゆず塩焼き 海老の卵とじ 根菜のカレー煮	ご飯・味噌汁 豚の生姜焼き 卵サラダ すき昆布煮	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き 青菜の煮びたし ぜんまいの和え物
夕	ご飯・味噌汁 ほきの塩焼き ぜんまい炒め煮 厚焼き玉子	ご飯・味噌汁 白身フライ 煮びたし 春雨の酢の物	ご飯・味噌汁 ロールキャバツ マカロニサラダ さつまいも煮	ご飯・味噌汁 赤魚の粕漬焼き 高野しのだの煮物 白和え	ご飯・味噌汁 南瓜コロッケ ふきの炒め煮 胡麻和え	ご飯・味噌汁 赤魚のさっぱりだれ ひとくちがんもの煮物 茶碗蒸し	ご飯・すまし汁 メンチカツ フレンチサラダ ジャガイモの煮物

	12月8日 (日)	12月9日 (月)	12月10日 (火)	12月11日 (水)	12月12日 (木)	12月13日 (金)	12月14日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 マーボーナス パンサンシー 南瓜煮	ご飯・すまし汁 鶏の照り焼き 青菜のお浸し 牛乳寒天	ご飯・味噌汁 たらの梅あんかけ 卵炒め オレンジ	ご飯・味噌汁 鶏肉の黒酢炒め 塩昆布和え やわらかしゅうまい	ご飯・味噌汁 豚玉煮 リャンパンサンスー 揚げなすの生姜醤油和え	ご飯・スープ カレー 大根サラダ みかん	ご飯・味噌汁 からすがれい漬け焼き 筑前煮 バナナ
夕	ご飯・味噌汁 ほっけの塩焼き 洋風肉じゃが ピーナツ和え	ご飯・納豆汁 かれのい田楽 豆腐の田楽 黒豆なます	ご飯・味噌汁 豚と大根の煮物 コールスローサラダ 炒り卵とほ草の和えもの	ご飯・すまし汁 イカフライ ジャーマン南瓜 煮豆	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き 根菜の煮物 マンゴー	ご飯・味噌汁 サバの塩焼き キャバツのドレ和え 揚げだし豆腐	ご飯・味噌汁 豚キムチ シーザーサラダ 蒸卵

	12月15日 (日)	12月16日 (月)	12月17日 (火)	12月18日 (水)	12月19日 (木)	12月20日 (金)	12月21日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 煮込みハンバーグ 根菜のコンソメ煮 フルーツヨーグルト	ご飯・味噌汁 肉豆腐 ツナ和え ふわふわ卵	ご飯・味噌汁 サバの味噌煮 枝豆がんもの煮物 卵寒天	ご飯・味噌汁 すき焼きコロッケ キャバツと竹輪のみそマ 花五目卵巻き	ご飯・味噌汁 肉野菜炒め 餃子 果物	ご飯・味噌汁 肉団子 マカロニサラダ 大根のかにかま和え	ご飯・味噌汁 鶏つくね ピーマンの卵炒め 中華サラダ
夕	ご飯・味噌汁 ほきの野菜あんかけ 青菜の煮びたし ポテトサラダ	ご飯・味噌汁 クリームコロッケ 肉詰めいなりの煮物 オーロラサラダ	ご飯・味噌汁 八宝菜 小松菜の辛子和え 鶏五目豆	ご飯・すまし汁 豚肉とチンゲン菜の卵炒 三角いなりの煮物 なます	ご飯・味噌汁 たら昆布醤油煮 マーボー春雨 大根サラダ	ご飯・味噌汁 ホッケの漬け焼き ほうれん草バターソテー エッグサラダ	ご飯・味噌汁 白身フライ ふき炒め煮 冬至南瓜 

	12月22日 (日)	12月23日 (月)	12月24日 (火)	12月25日 (水)	12月26日 (木)	12月27日 (金)	12月28日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 イカフライ がんもの煮物 青菜と菊のクルミ和え	ご飯・味噌汁 南瓜コロッケ けんちん炒め 中華サラダ	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き キャバツとちくわの炒め物 ひじき煮	ご飯・オニオンスープ 照り焼きチキン  マセドアンサラダ フルーツポンチ	ご飯・味噌汁 牛肉コロッケ 青菜の煮浸し 根菜のカレー煮	ご飯・味噌汁 たらのみぞれ煮 五目和え みかん	ご飯・味噌汁 肉じゃが キャバツのオニオンドレ 果物(洋なし)
夕	ご飯・味噌汁 かにたま 春雨サラダ さつまいも煮	ご飯・味噌汁 酢豚 オクラのなめたけ和え 枝豆そぼろ	ご飯・味噌汁  星のコロッケ カレーマヨサラダ 青菜とあさりの生姜浸し	ご飯・味噌汁 エビフライ 白菜とベーコンの旨煮 ほうれん草のおかか和え	ご飯・味噌汁 赤魚西京漬け焼き ひとくちおでん もずく酢	ご飯・味噌汁 とんかつ 根菜のコンソメ煮 山芋とおくらのゆずぼん	ご飯・味噌汁 さばの塩焼き 根菜の粕煮 やわらかしゅうまい

	12月29日 (日)	12月30日 (月)	12月31日 (火)
昼	ご飯・味噌汁 マーボー豆腐 マカロニサラダ 厚焼き玉子	ご飯・スープ(ポテト) 鶏の葱塩だれ焼き 金平ごぼう ポテトサラダ	ご飯・すまし汁 鮭の塩焼き 切干大根煮 卵の花
夕	ご飯・味噌汁 ぶりの照り焼き ブロッコリーの和え物 揚げだし豆腐	ご飯・すまし汁 ほっけの生姜煮 オクラともやしの梅和え 里芋そぼろ煮	ご飯・味噌汁  天ぷら ごま豆腐 チンゲン菜のわさび和え



庄内まちづくり協同組合 虹  
**配食センター味彩**  
 TEL: 24-0010 FAX: 33-8800