

令和4年 12月 献立予定表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1日 ご 飯 焼きそば 冬瓜のスープ煮 ヨーグルト かき玉汁	2日 ご 飯 和風オムレツ じゃが芋のおかか煮 梅マヨ和え 味噌汁	3日 松茸ご飯 豆腐の旨煮 茄子の味噌炒め フルーツ 茶わん蒸し
5日 チキンピラフ スクランブルエッグ グリーンサラダ ゼリー ミルクスープ	6日 ご 飯 鶏肉のかす煮 じゃが芋の炒り煮 塩昆布和え 味噌汁	7日 ご 飯 すき焼き風煮 さつま芋サラダ 漬 け 物 味噌汁	8日 ご 飯 サバの生姜煮 キャベツのスープ煮 もずく酢 味噌汁	9日 黒豆ご飯 揚げ出し豆腐 大根の味噌煮 しそ風味和え 沢 煮 汁	10日 ご 飯 炊き合わせ カニ風味和え フルーツ ゴマ葱そば
12日 ご 飯 豚肉の柚子風味焼き 南瓜のいところ煮 胡麻マヨ和え 味噌汁	13日 玉子丼 湯 豆 腐 金平ごぼう フルーツ 味噌汁	14日 ご 飯 白身魚のごま蒸し 里芋の椎茸に わさび和え 味噌汁	15日 ご 飯 八 宝 菜 蒸し焼売 中華和え わかめスープ	16日 炊き込みご飯 そぼろ包み 茄子のみぞれ煮 フルーツ 味噌汁	17日 ご 飯 とり天 冬瓜のくず煮 辛子酢和え 味噌汁
19日 ご 飯 静岡風おでん ゼンマイの田舎煮 おかか和え 味噌汁	20日 ご 飯 魚フライ 大豆のトマト煮 ごま酢和え コンソメスープ	21日 ご 飯 ふきの含め煮 ツナサラダ フルーツ 味噌煮込みうどん	22日 ご 飯 豚肉の柚子風味焼き 南瓜のいところ煮 胡麻マヨ和え 味噌汁	23日 ご 飯 サバの生姜煮 キャベツのスープ煮 もずく酢 味噌汁	24日 チキンピラフ ミートボール グリーンサラダ ゼリー チャウダー
26日 ご 飯 炊き合わせ カニ風味和え フルーツサラダ ゴマ葱そば	27日 ご 飯 揚げ出し豆腐 大根の味噌煮 しそ風味和え 沢 煮 汁	28日 ご 飯 鶏肉のかす煮 冬瓜のくず煮 辛子酢和え 味噌汁	29日 炊き込みご飯 そぼろ包み 茄子のみぞれ煮 フルーツ 味噌汁		

※ 行事・材料の都合により献立を変更することがあります