

令和5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 葱 トロ 南瓜のそぼろ煮 中華和え 味噌汁	2日 ご 飯 揚げ茄子 梅風味和え フルーツ けんちんうどん	
4日 高菜チャーハン そぼろ包み 大根とあさりの煮物 ゼリー コーンスープ	5日 ご 飯 鶏肉の照り煮 じゃが芋のごま風味煮 もずく酢 味噌汁	6日 ご 飯 肉 豆腐 金時豆煮 おろし酢和え 味噌汁	7日 ご 飯 冬瓜の中華煮 ピーナッツ和え フルーツ とり南蛮そば	8日 ご 飯 ひりょうず 切干大根の焼きそば風 ゆかり和え 味噌汁	9日 ご 飯 魚の味噌バター焼き こがね芋 大根サラダ 味噌汁
11日 ご 飯 とり天 ピーマンの甘辛炒め ごま酢和え 味噌汁	12日 かやくご飯 湯豆腐 カリフラワーのくす煮 ヨーグルト 芋煮汁	13日 ご 飯 鯖の生姜煮 ふきの炒め煮 春雨サラダ 味噌汁	14日 ご 飯 静岡風おでん 海苔わさび和え 浅漬け 味噌汁	15日 ハヤシライス 高野豆腐の含め煮 フルーツサラダ 野菜スープ	16日 ご 飯 グラタン ごぼうのしぐれ煮 おかか和え 味噌汁
18日 ご 飯 魚の西京焼き さつま芋の昆布煮 しそ風味和え 味噌汁	19日 海老ピラフ 大豆のトマト煮 菜種和え フルーツ コンソメスープ	20日 ご 飯 豆腐ステーキ 白菜のクリーム煮 スパゲティサラダ 味噌汁	21日 ご 飯 魚のごま風味蒸し 切干大根の生姜煮 もずく酢 味噌汁	22日 ご 飯 豚肉のネギ塩炒め 南瓜のいとこ煮 ツナ和え 味噌汁	23日 ご 飯 味噌おでん ニラもやし炒め フルーツ 澄まし汁
25日 ご 飯 オムレツ 温野菜サラダ フルーツ ビーフシチュー	26日 白 飯 鶏肉のすき焼き風 ふきとツナの炒め物 ごま酢和え 味噌汁	27日 ビビンバ丼 ごぼうのごま味噌煮 白和え フルーツ 玉子スープ	28日 ご 飯 コロッケ 厚揚げと玉葱の甘辛煮 和風サラダ 味噌汁	29日 ご 飯 鯖のみぞれ煮 茄子のオイスター炒め 辛子酢和え 味噌汁	30日 ご 飯 柳川風煮 じゃが芋の炒り煮 ゼリー わんこそば

※ 行事・材料の都合により献立を変更することがあります