



ひづけ 日付	12月27日 (日)	12月28日 (月)	12月29日 (火)	12月30日 (水)	12月31日 (木)	1月1日 (金)	1月2日 (土)
あさ 朝	シヨク 食パン マーマレードジャム メダマヤ 目玉焼き ジャーマンポテト ギョウニウウ 牛乳	ベイハン 米飯 ヤサイ イタ 野菜炒め メカブ ナットウ めかぶ納豆 ミンシル 味噌汁 (ほうれん草) ウメボ 梅干し ギョウニウウ 牛乳	ホットケーキ はちみつ&マーガリン ミートボールの コンソメ煮 ギョウニウウ 牛乳	ベイハン 米飯 ダイズ ゴモク ニ 大豆の五目煮 チュウカフワ ハルサメ 中華風春雨サラダ 味噌汁 (かぼちゃ) 一食のり佃煮 牛乳	ベイハン 米飯 トウガン 冬瓜のそぼろ煮 いんげんの からしマヨ和え 味噌汁 (豆腐・わかめ) しば漬け 牛乳	ベイハン 米飯 ブリ テ 鰯の照り焼き だし巻き卵 ソウニ 雑煮 ノザワナツ 野沢菜漬け	クリームパン スパゲッティサラダ ココア
ひる 昼	ベイハン 米飯 とんかつ ツケ センギ 付) 千切りキャベツ チンゲンサイ 青梗菜のおかか和え ミンシル 味噌汁 (巻き麩) ぶどうゼリー	ベイハン 米飯 トリ 鶏のシオれもん焼き ツケ 付) ペペロンチーノ パスタ コマンナ 小松菜とツナの マスタードサラダ ジュリアンスープ ふりかけ (さけ)	キーマカレー ポパイサラダ もやしとベーコンの スープ ヨーグルト 	ロールパン きのこグラタン ささみと ブロッコリーのサラダ ミネストローネ くだもの (黄桃缶)	ベイハン 米飯 サバ タツタ ヤ 鯖の竜田焼き ツケ 付) れんこんの金平 カブのカニあんかけ 味噌汁 (じゃが芋)	セキハン クロマメ 赤飯・黒豆 ダテマキ カズ コ 伊達巻・数の子 クリきんとん コウハク 紅白なます コウハク 紅白かまぼこ サケ サイキョウヤ 鮭の西京焼き ロールチキンニ色巻き 炊き合わせ ローストビーフ	ベイハン 米飯 フタニク 豚肉とエリンギの ユズ コショウイタ 柚子胡椒炒め ナ ハナ ウメゴマア 菜の花の梅胡麻和え ス 清まし汁 (とろろ昆布) ふりかけ (たまご)
ゆう 夕	ベイハン 米飯 ワフウ マーボートウフ 和風麻婆豆腐 もやしと豆苗のナムル チュウカ 中華スープ たくあん漬け	ベイハン 米飯 アカウオ カラミ ヤ 赤魚の辛味焼き ツケ アツヤキタマゴ 付) 厚焼玉子 ツケ ダイコン 付) 大根おろし・レモン ナス フタニク 茄子と豚肉の しそ味噌炒め ス 清まし汁 (そうめん)	ベイハン 米飯 フタニク ショウガイタ 豚肉の生姜炒め アスパラのピーナッツ バター和え ミンシル アツア 味噌汁 (厚揚げ) カップバ漬け	ベイハン 米飯 ギョウニク ヤナガワ フウニコ 牛肉の柳川風煮込み キョウリ 胡瓜とカニカマの ショウガス ア 生姜酢和え ミンシル サトイモ 味噌汁 (里芋) つぼ漬け	ゆかりご飯 年越しそば キャベツとしらすの ア モノ 和え物 くだもの (みかん缶) 	ウスベニハナサキツ ム 薄紅花咲包み蒸し チャワンム カニ 茶碗蒸し (蟹あん) 抹茶ケーキ ベイハン 米飯 チキンクリームシチュ マメ 豆たっぷりサラダ ふりかけ (野菜) くだもの (黄桃缶)	かき揚げ丼 オンセンタマゴ 温泉玉子 ハルサメ 春雨とハムのサラダ ミンシル シュンギク 味噌汁 (春菊) べったら漬け
せいぶん 成分	I補給 - 1857 kcal たんぱくしつ 蛋白質 78.2 g ししつ 脂質 53.7 g えんぶん 塩分 8.7 g	I補給 - 1720 kcal たんぱくしつ 蛋白質 71.5 g ししつ 脂質 43.2 g えんぶん 塩分 7.5 g	I補給 - 1886 kcal たんぱくしつ 蛋白質 73.3 g ししつ 脂質 64.3 g えんぶん 塩分 8.4 g	I補給 - 1722 kcal たんぱくしつ 蛋白質 68.9 g ししつ 脂質 49.1 g えんぶん 塩分 8.7 g	I補給 - 1729 kcal たんぱくしつ 蛋白質 67.1 g ししつ 脂質 36.2 g えんぶん 塩分 8.2 g	I補給 - 1863 kcal たんぱくしつ 蛋白質 82.3 g ししつ 脂質 52.9 g えんぶん 塩分 8.8 g	I補給 - 1733 kcal たんぱくしつ 蛋白質 60.3 g ししつ 脂質 52.9 g えんぶん 塩分 7.1 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わることがあります。