



ひづけ 日付	12月26日 (日)	12月27日 (月)	12月28日 (火)	12月29日 (水)	12月30日 (木)	12月31日 (金)	1月1日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン いちごジャム ほうれん草のミルク煮 くだもの (黄桃缶) ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ナス 茄子の オイスターソース炒め めかぶ納豆 味噌汁 (なめこ) つぼ漬け ギョウニユウ 牛乳	コッペパン ハムエッグ カリフラワーのソテー オニオンスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 卵の花 大根の塩昆布青じそ和え 味噌汁 (おつゆ麩) 一食のり佃煮 牛乳	ショク 食パン マーマレードジャム かぼちゃサラダ ヨーグルト 牛乳	ベイハン 米飯 ひじきの煮物 中華風春雨サラダ 味噌汁 (里芋) カップ漬け ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 がめ煮 雑煮 野沢菜漬け 
ひる 昼	ベイハン 米飯 鯖の柚子味噌焼き 付) 金平ごぼう じゃが芋とツナの旨煮 清まし汁 (とろろ昆布) マル 丸ボーロ	ベイハン 米飯 ワカドリ 若鶏のカチャトーラ 付) ブロッコリー インゲンの胡麻和え ウインナーと 野菜のスープ ピーチゼリー	ベイハン 米飯 とんかつ 付) 千切りキャベツ オクラとえのきの ポン酢和え 味噌汁 (南瓜) 	ベイハン 米飯 ホキのマスタード焼き 付) アスパラと ベーコンのソテー 付) パプリカグリル 白菜とツナのサラダ 味噌汁 (茄子) ふりかけ (たらこ)	キーマカレー 福神漬 海藻サラダ じゃが芋のスープ くだもの (黄桃缶) 	ベイハン 米飯 焼肉炒め ほうれん草のナムル たまごスープ キムチ	セキハン 赤飯 黒豆・数の子・伊達巻 栗きんとん・紅白なます 紅白蒲鉾・鮭の西京焼き 炊き合わせ・ローストビーフ 紅茶鴨の三色巻き カニグラタン 清まし汁 抹茶ケーキ
ゆ 夕	ベイハン 米飯 豚肉とヤングコーンの ジャポネソテー 付) スナップエンドウ のソテー 青梗菜のザーサイ和え 春雨スープ ふりかけ (うめ)	ベイハン 米飯 メバルのおろし煮 付) 里芋の煮物 カニカマの磯辺揚げ 豚汁 ごま昆布	ベイハン 米飯 豆腐の肉みそあんかけ 小松菜のおかか和え 清まし汁 (まいたけ) たくあん漬け	ベイハン 米飯 お好み焼風オムレツ 付) 焼きそば 春菊のピーナッツ和え きのこの生姜スープ くだもの (みかん)	ベイハン 米飯 白身魚の中華あんかけ 胡瓜とささみの梅和え 味噌汁 (チンゲン菜) 高菜漬け	ゆかりご飯 年越しそば (えび天そば) 菜の花と白子の和え物 くだもの (りんご) 	ベイハン 米飯 チキンクリーム シチュー シーザーサラダ くだもの (フルーツカクテル) ふりかけ (野菜) 
せいぶん 成分	I補 [*] - 1816 kcal たんぱく ^{しつ} 蛋白質 71.8 g し ^{しつ} 脂質 43.7 g えんぶん 塩分 7.8 g	I補 [*] - 1836 kcal たんぱく ^{しつ} 蛋白質 70.1 g し ^{しつ} 脂質 52.1 g えんぶん 塩分 8.2 g	I補 [*] - 1753 kcal たんぱく ^{しつ} 蛋白質 75.4 g し ^{しつ} 脂質 52.6 g えんぶん 塩分 8.1 g	I補 [*] - 1888 kcal たんぱく ^{しつ} 蛋白質 74.3 g し ^{しつ} 脂質 57.7 g えんぶん 塩分 9.7 g	I補 [*] - 1793 kcal たんぱく ^{しつ} 蛋白質 65.1 g し ^{しつ} 脂質 48.1 g えんぶん 塩分 8.8 g	I補 [*] - 1753 kcal たんぱく ^{しつ} 蛋白質 69.2 g し ^{しつ} 脂質 41.6 g えんぶん 塩分 7.5 g	I補 [*] - 2127 kcal たんぱく ^{しつ} 蛋白質 87.9 g し ^{しつ} 脂質 45.3 g えんぶん 塩分 10.6 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。