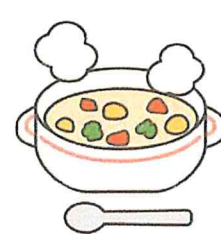
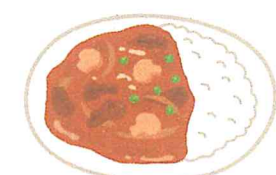




ひづけ 日付	12月28日 (日)	12月29日 (月)	12月30日 (火)	12月31日 (水)	1月1日 (木)	1月2日 (金)	1月3日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン イチゴジャム カボチャ 南瓜のクリーム煮 ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 トウガン 冬瓜のくず煮 ミンシル 味噌汁 (さつま芋) ヤサイ ふりかけ (野菜) ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン マーマレードジャム ス克蘭ブルエッグ ソウ ほうれん草と ギュウニユウ ウインナーのソテー ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 タマ にら玉 ミンシル 味噌汁 (キャベツ) イッショク ツクダニ 一食のり佃煮 ギュウニユウ 牛乳	マメ お豆の あんバターパン マカロニサラダ ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ひじきと大豆の煮物 ミンシル 味噌汁 (もやし・にら) ふりかけ (しそ) ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン りんごジャム ヘルシーサラダ ヨーグルト ギュウニユウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 トリニク 鶏肉のマーメイド焼き ツケ 付) カリフラワーの ソテー キャベツとツナのサラダ ヤサイ コロコロ野菜の コンソメスープ ふりかけ (ビーフ)	ベイハン 米飯 アカウオ 赤魚の博多焼き ツケ 付) ふきの金平 ギンピラ ゴボウサラダ ス 清まし汁 (菜の花) ナ くだもの (みかん缶)	ベイハン (小) 米飯 (小) カレーうどん いんげんのおかか和え オレンジゼリー 	ベイハン 米飯 つくねハンバーグ ヤサイ (野菜あん) バンバンジー メンマの炒め煮 ふりかけ (わかめ)	セキハン 赤飯  チクセンニ 筑前煮・えびつや煮 ヨウハク 紅白なます・黒豆 ダテマキ 伊達巻・紅白かまぼこ クリ 栗きんとん・数の子 サイキョウヤ 西京焼き・茶わん蒸し あけまして おめでとう ございます 2026	ベイハン 米飯 チキンクリームシチュー ナ 菜の花の昆布和え コーヒーゼリー 	ベイハン 米飯 テン とり天 ツケ 付) いんげんの金平 ダイコン 大根とごま炊き ミンシル 味噌汁 (わかめ) ふりかけ (たまご)
ゆ 夕	ベイハン 米飯 シロミ サカナ ア 白身魚の揚げ煮 ツケ 付) 里芋の煮物 コマツナ 小松菜のおかか和え ミンシル 味噌汁 (オクラ) くだもの (バナナ)	ベイハン 米飯 ミックスフライ ツケ 付) マカロニソテー センギ 千切りサラダ ブタシル 豚汁	ベイハン 米飯 トリニク 鶏肉のみぞれ煮 ユズフウミ (柚子風味) ツケ 付) 茄子の煮物 ナス 白菜と青梗菜の酢の物 ハクサイ チンゲンサイ スノモノ 味噌汁 (春菊) シュンギク ごま昆布	ナメシ 菜飯 トシコ 年越しそば ソウ ほうれん草のごま和え ア くだもの (りんご)	ハヤシライス グリーンサラダ オウトウカン くだもの (黄桃缶) 	ベイハン 米飯 サバ ユズ 鯖の柚子こしょう焼き ツケ 付) 人参の金平 ニンジン がんもと青梗菜の煮物 ミンシル 清まし汁 (ハンペン) ふりかけ (さけ)	ベイハン 米飯 マーボードウフ 麻婆豆腐 チュウカフハルサメ 中華風春雨サラダ カニカマと ミズナ 水菜のスープ 
せいぶん 成分	I補 [*] - 1710 kcal たんぱくしつ 蛋白質 74.0 g ししつ 脂質 50.0 g えんぶん 塩分 8.2 g	I補 [*] - 1756 kcal たんぱくしつ 蛋白質 63.1 g ししつ 脂質 43.6 g えんぶん 塩分 7.8 g	I補 [*] - 1669 kcal たんぱくしつ 蛋白質 70.5 g ししつ 脂質 49.7 g えんぶん 塩分 8.5 g	I補 [*] - 1756 kcal たんぱくしつ 蛋白質 59.9 g ししつ 脂質 46.8 g えんぶん 塩分 7.2 g	I補 [*] - 1647 kcal たんぱくしつ 蛋白質 69.8 g ししつ 脂質 45.6 g えんぶん 塩分 5.8 g	I補 [*] - 1658 kcal たんぱくしつ 蛋白質 64.7 g ししつ 脂質 44.8 g えんぶん 塩分 9.0 g	I補 [*] - 1688 kcal たんぱくしつ 蛋白質 72.9 g ししつ 脂質 49.4 g えんぶん 塩分 5.7 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。