

〈献立表〉

現場：ファミリーイン瀬谷
 献立種類：デイ(通常/基本)
 年月日：2023年12月1日(金)～2023年12月31日(日)

	月	火	水	木	金 1	土 2
昼食					御飯 さばの塩焼き しそ しそのみ漬け さつまいもの煮物 もやしの和風あえ 味噌汁 フルーツ	御飯 カニ玉 キャベツとツナのソテー 青菜のナムル 中華スープ フルーツ
	3時				さつま芋まんじゅう	しっとりどら焼き
	4	5	6	7	8	9
昼食	なめころろそば 枝豆のふっくら揚げ 白菜の柚子和え フルーツ	御飯 むつの山椒焼き しそ 茶福豆 ひじきの炒り煮 もやしの和え物 味噌汁 フルーツ	御飯 白身魚のマヨチーズ焼き にんじん 明太ポテト 大根サラダ 味噌汁 フルーツ	御飯 鮭のちゃんちゃん焼き 揚げ茄子 春菊のごま和え すまし汁 フルーツ	ハヤシライス カリフラワーサラダ コンソメスープ フルーツ	御飯 さばの竜田揚げ レモン 切干大根 青梗菜のわさび和え 味噌汁 フルーツ
	3時	プリンタルト	ムースエクレア	しっとりまんじゅう	肉まん	抹茶羹
	11	12	13	14	15	16
昼食	御飯 魚のタルタルソースやき にんじん なすのいなかに もやしナムル 味噌汁 フルーツ	御飯 牛肉とピーマンのオイスター炒め ほうれん草ソテー 白菜の味噌マヨあえ すまし汁 フルーツ	御飯 豚肉とナスの炒め さつまいもの重ね煮 きゅうりのしょうが和え 味噌汁 フルーツ	御飯 サケの塩焼き しそ 刻み胡瓜漬け キャベツのソテー 山芋の和風和え 味噌汁 フルーツ	御飯 魚のきのこ蒸し もやしとにらのソテー 青菜の和風ドレッシング和え 味噌汁 フルーツ	焼きそば 海鮮大焼売 春菊の梅ごま和え フルーツ
	3時	チョコワッフル	葛まんじゅう	かえでの実	もみじ饅頭	黒糖ケーキ
	18	19	20	21	22	23
昼食	御飯 鮭の南蛮漬け 青菜のオイスター炒め かぶのなめたけ和え 味噌汁 フルーツ	けんちんうどん 鶏肉の梅しそ巻 青菜のしらす和え フルーツ	御飯 あじの味噌焼き しそ しそのみ漬け 高野豆腐の五目煮 菜の花のたらこ和え すまし汁 フルーツ	御飯 ミートボール酢豚 なすとピーマンの味噌炒め 春菊の中華和え 中華スープ フルーツ	御飯 鶏肉の七味焼き かぼちゃのいとこ煮 きゅうりとほたての酢の物 味噌汁 フルーツ	御飯 魚の柚香焼き しそ しば漬け アスパラとベーコンのソテー 小松菜とかまぼこのわさび和え 味噌汁 フルーツ
	3時	しっとりどら焼き	お茶まんじゅう	ヨーグルトケーキ	ドームケーキ	季節の和菓子
	25	26	27	28	29	30
昼食	カレードリア コーンサラダ フルーツ	御飯 白身魚の胡麻みそ焼き しそ 刻み胡瓜漬け さつまいものレモン煮 白菜と塩昆布の和え物 すまし汁 フルーツ	御飯 とんかつ キャベツ きのこのガーリックソテー もやしの青しそ和え 味噌汁 フルーツ	御飯 牛肉とピーマンのオイスター炒め きんぴらごぼう 春雨サラダ 中華スープ フルーツ	御飯 八宝菜 かにシューマイ 明太とろろ 中華スープ フルーツ	御飯 むつの生姜焼き しそ しそのみ漬け 大根と豚肉の炒め煮 春菊のゆず味噌あえ すまし汁 フルーツ
	3時	クリスマス会	白桃羹	もみじ饅頭	クリームコンフェ	ムースエクレア