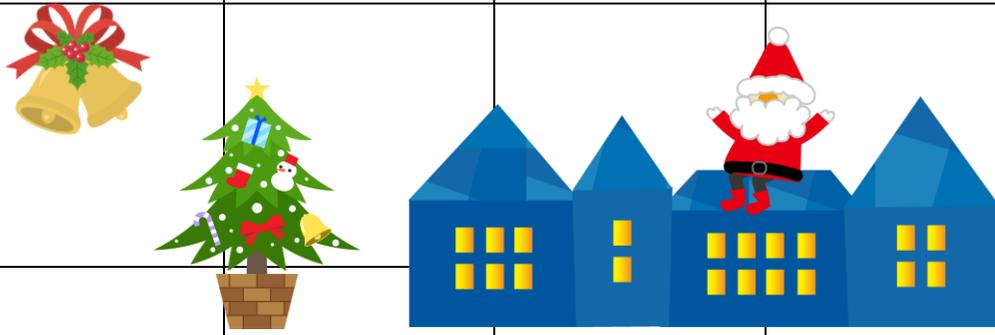


メニユー表

12月 2日(月曜日)	12月 3日(火曜日)	12月 4日(水曜日)	12月 5日(木曜日)	12月 6日(金曜日)	12月 7日(土曜日)
ご飯 コロッケ ビーフン炒め 味噌汁 フルーツ  529kcal	ご飯 ミートボールとキャベツのクリームシチュー マカロニソテー ほうれん草サラダ	ご飯 白身魚のムニエル パター醤油ソース チンゲン菜の炒め物 春雨の中華和え 吸物 475kcal	ご飯 鶏肉とポテトのスペイン風オムレツ ひじきの炒め煮 もやしの胡麻和え スープ  459kcal	ご飯 和風ハンバーグ カリフラワーのコンソメ煮 春菊の塩昆布和え 味噌汁 445kcal	若布ご飯 蒜山焼きそば(岡山県) 大根の煮物 青菜の和え物 吸物  444kcal
オレンジゼリー 48kcal	どら焼き(こしあん) 114kcal	ドームケーキ(チョコ) 110kcal	抹茶饅頭 100kcal	紅茶ムース 66kcal	パームクーヘン 103kcal
12月 9日(月曜日)	12月10日(火曜日)	12月11日(水曜日)	12月12日(木曜日)	12月13日(金曜日)	12月14日(土曜日)
菜飯 わかめうどん ごぼうの煮物 小松菜のわさび和え 347kcal	ハヤシライス 玉子ロール 青菜のサラダ 漬物  518kcal	ご飯 メンチカツ 南瓜の煮物 味噌汁 フルーツ 586kcal	散らし寿司 さつま芋の煮物 カリフラワーのピーナツ和え 味噌汁 甘酢生姜 458kcal	ご飯 サワラの煮付け ほうれん草の玉子とじ インゲンのおかか和え 味噌汁 436kcal	ご飯 豆腐の野菜あんかけ 冬瓜の煮物 マカロニサラダ 味噌汁  454kcal
チョコムース 66kcal	ミニたいやき 82kcal	黒糖まんじゅう 115kcal	リンゴゼリー 49kcal	豆乳饅頭 96kcal	抹茶パンケーキ 56kcal

メニユー表

12月16日(月曜日)	12月17日(火曜日)	12月18日(水曜日)	12月19日(木曜日)	12月20日(金曜日)	12月21日(土曜日)
佐渡ブリかつ丼(新潟県) 煮奴 インゲンの和え物 味噌汁  600kcal	ご飯 麻婆茄子 南瓜の煮物 キャベツサラダ 中華スープ 459kcal	カレーライス オムレツ 白菜のおかか和え 漬物 506kcal	 オムハヤシと ミックスフライ オムハヤシ ミックスフライ グリーンサラダ コンソメスープ	ご飯 肉団子の中華あんかけ 竹輪と茄子の煮物 ナムル スープ  546kcal	ゆかりご飯 入麺 冬瓜のくず煮 チンゲン菜のわさび和え 415kcal
クレープ 58kcal	抹茶どら焼き 118kcal	小倉ようかん 107kcal	バニラムース 66kcal	チョコバーム 105kcal	酒饅頭 77kcal
12月23日(月曜日)	12月24日(火曜日)	12月25日(水曜日)	12月26日(木曜日)	12月27日(金曜日)	12月28日(土曜日)
ご飯 麻婆豆腐 レンコンの煮物 春菊の和え物 中華スープ 439kcal	ご飯 白身フライ 玉子ロール インゲンの和え物 味噌汁 479kcal	ご飯 星のハンバーグのトマトシチュー 野菜ソテー きのことほうれん草のサラダ  521kcal	ご飯 ブリの幽庵焼き キャベツの炒め煮 もやしの梅肉和え 味噌汁 480kcal	散らし寿司 南瓜の煮物 チンゲン菜の和え物 味噌汁 甘酢生姜 396kcal	豚井 高野の煮物 菜の花の和え物 味噌汁  554kcal
プリン 73kcal	バナナケーキ 83kcal	イチゴムース 65kcal	もみじ饅頭 104kcal	ぶどうゼリー 45kcal	ドームケーキ(あん) 105kcal
12月30日(月曜日)	12月31日(火曜日)				
ご飯 つくねの味噌焼き さつま芋の煮物 ほうれん草の和え物 吸物 598kcal	若布ご飯 年越しそば かき揚げ チンゲン菜の風味和え 423kcal				
きなこパンケーキ 55kcal	カスタードどら焼き 110kcal				