

これまでのこんだて R2 12月



12月1日
牛乳 ご飯
鶏肉の
ママレード焼き
キャベツの
塩昆布和え
豆乳スープ



12月2日
牛乳
中華丼
(麦ご飯)
ワンタンスープ
ゆずヨーグルト



12月3日

牛乳

スパゲッティ
カレーソース
(スパゲッティ
麺)

ほうれん草
オムレツ

れんこんと水菜
のサラダ



12月4日

牛乳 ご飯

豚のねぎソース
焼き

切干大根の
煮物

いものこ汁



12月7日
牛乳 ご飯
根菜カレー
ひじきの胡麻
ドレッシング
 Pain
コンポート



12月8日
牛乳 ご飯
鮭のみそマヨ
焼き
ブロッコリーの
ごま和え
チーズ



12月9日
牛乳 ご飯
メンチカツ
カルちゃん
サラダ
オニオンスープ



12月10日
牛乳
白ごま坦々
うどん
にらまんじゅう
ほうれん草の
ポン酢和え



12月11日
牛乳 ご飯
納豆
ひじき入り
厚焼玉子
牛肉とごぼうの
炒り煮



12月14日
牛乳 ご飯
さばの文化干し
大根とツナの
煮物
けんちん汁



12月15日
牛乳 ご飯
キャベツ入り
鶏つくね
シーザーサラダ
白菜スープ



12月16日
牛乳
ハヤシライス
(麦ご飯)
ブロッコリーの
ツナ和え
つぶつぶレモン
ゼリー



12月17日

牛乳

味噌ラーメン

(中華麺)

小籠包

水菜とじゃこの

サラダ



12月18日

牛乳

二色丼

(肉そぼろ・

ナムル)

境町産ご飯

すまし汁

ヨーグルト



12月21日

牛乳 ご飯
骨ごとさんま煮
かぼちゃの胡麻
がらめ
はちみつ柚子
ゼリー



12月22日

牛乳 ご飯
鶏肉のレモン煮
青梗菜のごま
のり和え
鉄分たっぷり
みそ汁



12月23日

牛乳 ご飯

ミートローフ

ツリーサラダ

ジュリエヌ

スープ

ケーキ