

これまでのこんだて

h30 12月



12月3日
ご飯 牛乳
さわらの
西京焼き
切干大根煮
みそちゃんこ汁
りんご
ヨーグルト



12月4日
ご飯 牛乳
焼き餃子
豚肉の
キムチ炒め
中華スープ



12月5日
 ご飯 牛乳
 ミートローフ
 (デミグラス
 ソース)
 コールスロー
 サラダ
 玄米入りスープ



12月6日
 きつねうどん
 (ソフト麺)
 牛乳
 チーズはんぺん
 フライ
 豆ツナサラダ



12月7日
 ご飯 牛乳
 豚肉のピリ辛
 ソース
 豆もやしの
 ごま和え
 スーミータン



12月10日
 ご飯 牛乳
 ぶりの照り焼き
 たくあん和え
 根菜のみそ汁
 キウイフルーツ

かみかみデー



12月11日
 食パン 牛乳
 チョコジャム
 チーズオムレツ
 (トマトソース)
 グリーンサラダ
 クラムチャウダー



12月12日
 ご飯 牛乳
 鶏の七味焼き
 かぼちゃと豆
 のサラダ
 けんちん汁



12月13日
 ご飯 牛乳
 春巻き
 厚揚げの
 カレー炒め
 あさりと
 チンゲンサイの
 スープ



12月14日
 ご飯 牛乳
 鮭のみそ
 マヨネーズ焼き
 ごぼうサラダ
 いものこ汁
 ヨーグルト



12月17日
 麦ご飯 牛乳
 二色丼
 (肉そぼろ・
 炒り卵)
 ブロッコリーの
 おかかのり和え
 みそ汁



12月18日
 ビーフカレー
 麦ご飯 牛乳
 花野菜サラダ
 マンゴーミルク



12月19日
 境町のご飯
 牛乳
 メンチカツ
 いんげんとツナ
 のサラダ
 五目かき玉汁



12月20日
 みそラーメン
 (中華麺)
 牛乳 小籠包
 水菜とじゃこ
 のサラダ
 チョコレート
 ケーキ



ドリームランチ

12月21日

ご飯 牛乳

ポークステーキ
(オニオンソース)

シーザーサラダ
コーンポタージュ

みかんヨーグルト