

これまでのこんだて h28 12月



味噌ラーメン
(ソフト麺)

牛乳

かぼちゃチーズ
コロッケ

のり酢和え



麦ご飯 牛乳

豚の生姜焼き

ひじきのごまドレ
サラダ

せんべい汁



ご飯 牛乳

鮭のきのこ
あんかけ

かぼちゃのサラダ

すき焼き風煮



玄米ご飯 牛乳

鶏肉のピカタ

ひじきの炒り煮

肉団子スープ



ご飯 牛乳

さば柚子風味焼き

油揚げとしめじ
のごま和え

けんちん汁

キウィ



ちゃんぽんうどん
(ソフト麺)

牛乳

厚揚げの
カレー炒め

りんご



ご飯 牛乳

かに玉の甘酢
あんかけ

チャブチェ

あさりの韓国風
スープ



ご飯 牛乳

鶏の照り焼き

カリフラワーと
卵のサラダ

ミネストローネ

チーズ



12月13日

食パン 牛乳

いちごジャム

ミートオムレツ

ブロッコリーと

ウインナー

オイスター炒め

ブイヤベース



12月14日

ご飯 牛乳

たらの塩麹焼き

豚肉の

キムチ炒め

味噌汁

ヨーグルト



ご飯 牛乳

豆腐とひじきの
ハンバーグ

ブロッコリーの
シーザーサラダ

根菜のポタージュ



ご飯 牛乳

さわらの西京焼き

れんこんの和え物

里芋のそぼろ煮



境町のご飯

牛乳

鮭のチーズ
ムニエル

ほうれん草の
ツナ和え

冬野菜シチュー



ご飯 牛乳

豆腐の松風焼き

小松菜のナムル

きのこ汁

みかん



ご飯 牛乳

ぶりの照り焼き

かぼちゃの
そぼろ煮

根菜汁

りんごヨーグルト



ご飯 牛乳

肉炒め

ブロッコリーの
おかかのみ和え

卵のふわふわ
スープ