令和７年　１２　月　　献立予定表

1(月)	2（火）	3（水）	4（木）	5(金)	6(土)	7(日)
ご飯 みそ豚 マカロニサラダ キャベツ胡麻和え みそ汁 731kcal フルーチェ	ご飯 ふっくら豆腐ハンバーグ ひじきのサラダ いんげんと人参のソテー みそ汁 518kcal お菓子	きのこと鶏肉の醤油ラーメン 小松菜とツナのマヨサラダ 揚げナスの南蛮漬け 696kcal かっぱえびせん	ご飯 豚肉と大根と厚揚げの煮物 ブロッコリーサラダ ふりかけ みそ汁 692kcal 蒸しパン	ご飯 魚のごま生姜照り焼き キャベツの和風サラダ 玉ねぎとウインナーのケチャップ炒め みそ汁 681kcal フルーツ缶		
8(月)	**9（火）**	**10（水）**	**11（木）**	**12（金）**	**13(土)**	**14(日)**
ご飯 ぶりの照り焼き 野菜サラダ カリフラワー豆乳クリーム和え みそ汁 574kcal お菓子	きつねうどん じゃが芋とさつま揚げ煮 豚肉と小松菜の炒め物 605kcal コーンフレークと牛乳	鶏のみそ焼き丼 春雨サラダ ひじきと野菜煮 みそ汁 742kcal プリン	パン コーンクリームシチュー ほうれん草とツナのサラダ ハムカツ 795kcal おにぎり	ご飯 タンドリーポーク キャベツとかにカマのサラダ しめじの甘辛炒め みそ汁 643kcal カステラ		
15（月）	**16（火）**	**17（水）**	**18（木）**	**19（金）**	**20(土)**	**21(日)**
柚子胡椒ツナサンド＆ ポテサラサンド ひじきと野菜のサラダ にんじんラペ スープ 644kcal バナナ	ご飯 サバのコチュジャンみそ煮 切干大根煮 昆布豆 みそ汁 705kcal ベジたべる	ポークカレー 花野菜と卵のサラダ フルーツヨーグルト スープ 746kcal オレンジゼリー	ご飯 肉じゃが 水菜のサラダ ふりかけ みそ汁 699kcal ホットケーキ	ご飯 煮込み風ハンバーグ ひじきとコーンのサラダ ゼリー スープ 699kcal お菓子		
22（月）冬至メニュー	**23（火）クリスマスメニュー**	**24（水）**	**25（木）**	**26（金）**	**27(土)**	**28(日)**
豚丼 揚げ出し豆腐和風あんかけ かぼちゃのいとこ煮 みそ汁 735kcal クッキー	パン トマトミートボールグラタン 花野菜サラダ フルーツ缶 スープ 790kcal プリン	ご飯 赤魚のトマトカレー煮 さつまいものそぼろ煮 キャベツマリネ みそ汁 547kcal ヨーグルト	ご飯 豚肉生姜焼き コールスローサラダ なめたけおろし みそ汁 689kcal サラダせんべい	味噌野菜ラーメン もやしと人参のナムル しゅうまい 581kcal お菓子		
29（月）	**30（火）**	**31（水）**				

※　材料の都合により献立の変更もあります。