



平成27年度 12月の献立表

☆ 主食は、毎日つきます
おじや・雑炊・うどん以外の日は、おかゆがつきます
☆ ●印は鶏卵、▲印は乳製品が含まれていることを表しています
☆ 果物は、毎日つきます
☆ 食パンは、卵を使っていません

日	1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)	5 (土)	7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)	12 (土)	14 (月)	15 (火)
献立名	① ささ身マッシュ ② 野菜スティック ③ 玉ねぎのスープ煮 ④ みそ汁	① ゆで卵 ② 根菜のコロコロ煮 ③ さつまいもの甘煮 ④ みそ汁	① 豆腐の煮つけ ② 野菜の煮物 ③ マッシュポテト ④ 大根のスープ	① 鮭の煮つけ ② 野菜のくたくた煮 ③ マッシュポテト ④ みそ汁	① 煮込みうどん ② かぼちゃの煮つけ ③ 魚団子	① 雑炊 ② さつまいもの甘煮 ③ 豆腐の煮つけ	① ささ身マッシュ ② 野菜の煮物 ③ じゃがいものコロコロ煮 ④ みそ汁	① 豆腐の煮つけ ② じゃがいもの煮物 ③ 人参のコロコロ煮 ④ ブロッコリーのスープ	① スクランブルエッグ ② 野菜スティック ③ 玉ねぎのスープ煮 ④ みそ汁	① 大豆マッシュ ② じゃがいもの煮物 ③ 白菜のスープ煮 ④ みそ汁	① おじや ② ほうれん草のペースト ③ ささ身マッシュ	① 雑炊 ② かぼちゃの煮物 ③ 魚団子	① 白身魚の煮つけ ② 切干大根の煮物 ③ キャベツのスープ煮 ④ みそ汁
材 料	① ささ身 ② 人参 きゅうり ③ 玉ねぎ ④ じゃがいも ねぎ みそ	① ● 卵 ② 大根 人参 ③ さつまいも ④ 玉ねぎ ねぎ みそ	① 豆腐 ② 人参 きゅうり 玉ねぎ ③ じゃがいも ④ 大根	① 鮭 ② 玉ねぎ キャベツ 人参 ③ じゃがいも ④ 白菜 ねぎ みそ	① うどん 人参 玉ねぎ キャベツ ② かぼちゃ ③ たらすり身	① 米 人参 白菜 ② さつまいも ③ 豆腐	① ささ身 ② 玉ねぎ 人参 ③ じゃがいも ④ 大根 ねぎ みそ	① 豆腐 ② じゃがいも 玉ねぎ ③ 人参 ④ ブロッコリー	① ● 卵 ② 人参 いんげん ③ 玉ねぎ ④ かぼちゃ ねぎ みそ	① 大豆 ② じゃがいも 人参 グリーンピース ③ 白菜 ④ キャベツ ねぎ みそ	① 米 人参 玉ねぎ ② ほうれん草 ③ ささ身	① 米 玉ねぎ 人参 ② かぼちゃ ③ たらすり身	① めんたい ② 切干大根 いんげん 人参 ③ キャベツ ④ さつまいも ふ ねぎ みそ
おやつ	① せんべい	① りんごの甘煮	① パナナ	① きな粉入りパンがゆ	① せんべい	① りんご入りパンがゆ	① みかん	① オレンジ	① マカロニのきな粉煮	① りんごの甘煮	① せんべい	① パンがゆ	① パナナ
材 料	① もち米	① りんご	① パナナ	① ▲ 食パン きな粉	① もち米	① ▲ 食パン りんご	① みかん	① オレンジ	① マカロニ きな粉	① りんご	① もち米	① ▲ 食パン ▲ 粉乳	① パナナ

日	16 (水)	17 (木)	18 (金)	19 (土)	21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)	26 (土)	28 (月)	
献立名	① ゆで卵 ② 野菜のくたくた煮 ③ 白菜のスープ煮 ④ みそ汁	① 豆腐の煮つけ ② 野菜の煮物 ③ マッシュポテト ④ みそ汁	① 豆腐の煮つけ ② 野菜の煮物 ③ かぼちゃの煮つけ ④ 大根のスープ	① うどんのくたくた煮 ② じゃがいもの煮つけ ③ 魚団子	① 煮込みうどん ② かぼちゃの煮物 ③ 炒り卵	① 豆腐の煮つけ ② 野菜の煮物 ③ パプリカのスープ煮 ④ 野菜スープ	① 豆腐の煮つけ ② 玉ねぎ 人参 ③ 赤パプリカ ④ ブロッコリー カリフラワー	天皇誕生日	① ささ身マッシュ ② マカロニのスープ煮 ③ 野菜のくたくた煮 ④ みそ汁	① 鮭の煮つけ ② 根菜の煮物 ③ 白菜のスープ煮 ④ ほうれん草のスープ	① おじや ② さつまいもの甘煮 ③ ゆで卵	① 雑炊 ② マッシュポテト ③ 白身魚の煮つけ
材 料	① ● 卵 ② 人参 玉ねぎ ③ 白菜 ④ 大根 ねぎ みそ	① 豆腐 ② 白菜 人参 ③ じゃがいも ④ 玉ねぎ ねぎ みそ	① 豆腐 ② 玉ねぎ 人参 ③ かぼちゃ ④ 大根	① うどん 人参 玉ねぎ キャベツ ② じゃがいも ③ たらすり身	① うどん 玉ねぎ 人参 ② かぼちゃ グリーンピース ③ ● 卵	① 豆腐 ② 玉ねぎ 人参 ③ 赤パプリカ ④ ブロッコリー カリフラワー	① ささ身 ② マカロニ ③ 玉ねぎ ブロッコリー ④ じゃがいも ねぎ みそ		① ささ身 ② 人参 大根 ③ 白菜 ④ ほうれん草	① 米 玉ねぎ 人参 ② さつまいも ③ ● 卵	① 米 玉ねぎ 人参 ② じゃがいも ③ めんたい	① 米 玉ねぎ 人参
おやつ	① せんべい	① フルーツヨーグルト	① オレンジ	① せんべい	① ポパイがゆ	① みかん		① せんべい	① パナナ	① せんべい	① パナナ	
材 料	① もち米	① ▲ ヨーグルト もも缶 みかん缶	① オレンジ	① もち米	① 米 ほうれん草	① みかん		① もち米	① パナナ	① もち米	① パナナ	