

ショートステイ 12月献立表

	令和06年12月01日(日)	令和06年12月02日(月)	令和06年12月03日(火)	令和06年12月04日(水)	令和06年12月05日(木)	令和06年12月06日(金)	令和06年12月07日(土)
朝	御飯(160) カフラワーとハムのソテー 青梗菜の和え物 みそ汁(豆腐・若布) 牛乳	御飯(160) さつま揚げとピーマンの炒め煮 オクラサラダ みそ汁(麩・うまい菜) ジョア	御飯(160) なすのそぼろ炒め 大根の和え物 みそ汁(まき麩・しろな) 牛乳	御飯(160) がんもの含め煮 小松菜のお浸し みそ汁(玉葱・葱) 乳酸菌飲料	バターロール あんずジャム 大豆のトマト煮 ほうれん草のごま和え コンソメスープ(しめじ・コーン) 牛乳	御飯(160) 冬瓜のかかに煮 春菊のからし和え みそ汁(えのき・長葱) ジョア	御飯(160) 白菜とちくわの煮びたし しろなの磯和え みそ汁(玉葱・麩) 牛乳
昼	御飯(160) 牛肉の中華味噌煮 ビーフンのオイスター炒め フルーツ缶(みかん) 中華スープ(畑菜・コーン)	けんちんうどん (具) 【温】だし巻卵 ほうれん草のサラダ マスカットゼリー	御飯(160) 鶏肉の南蛮煮 (付)スナップエンドウ 青梗菜の炒めもの フルーツ缶(白桃) かきたま汁	御飯(160) 鮭のムニエル (付)カフラワー ひじきの炒め煮 パインゼリー お吸い物(とろろ・大根葉)	御飯(160) バサのマスタード焼き (付)ブロッコリー・人参甘煮 マカロニサラダ フルーツ缶(黄桃) みそ汁(小松菜・油揚げ)	御飯(160) お好み焼き風たまご焼き ソース) 厚揚げの煮物 いちごムース みそ汁(大根・大根葉)	御飯(160) 鶏肉の香味焼き (付)いんげん 青梗菜のソテー フルーツ缶(マンゴー) お吸い物(はんぺん・かぶ葉)
おやつ	黒糖饅頭	ハウムクーヘン	りんごケーキ	ドームケーキ(カスタード)	焼きドーナツ(チョコ)	おやつ(マドレーヌ)	どら焼き(こしあん)
夕	御飯(160) ツナじゃが煮 ほうれん草の卵とじ しろなのゆずマヨ和え	御飯(160) さばの味噌煮 (付)長葱 れんこんの煮物 カリフラワーの甘酢漬け	御飯(160) 中華豆腐 大学芋風 きゅうりの甘酢和え	御飯(160) 豚肉の鍋しぎ風 エビしゅうまい 菜の花のおかか和え	御飯(160) 豚肉の塩レモン炒め かぶのそぼろあん 白菜の塩昆布和え	御飯(160) たらのカレー風味焼き (付)なす・ピーマン さといもの煮っころがし キャロットラペ	御飯(160) さばの甘酢あん 甘酢あん) 豚肉とごぼうの味噌炒め さっぱりサラダ
	令和06年12月08日(日)	令和06年12月09日(月)	令和06年12月10日(火)	令和06年12月11日(水)	令和06年12月12日(木)	令和06年12月13日(金)	令和06年12月14日(土)
朝	御飯(160) 野菜炒め しろなの和え物 みそ汁(豆腐・葱) 乳酸菌飲料	御飯(160) だし巻き卵 ブロッコリーのトレ和え みそ汁(白菜・しめじ) 牛乳	御飯(160) 炒り豆腐 白菜の生姜和え みそ汁(冬瓜・まき麩) ヨーグルト	御飯(160) 肉団子の煮物 しろ菜のサラダ みそ汁(さといも・若布) 牛乳	黒糖ロール ほうれん草とウインナーのソテー ミモザサラダ コンソメスープ(冬瓜・ワカメ) ジョア	御飯(160) がんもの煮物 小松菜のお浸し みそ汁(しめじ・油揚げ) 牛乳	御飯(160) 白菜とウインナーのコンソメ煮 春菊のごまよごし みそ汁(さといも・えのき) 乳酸菌飲料
昼	御飯(160) 油淋鶏風 (付)もやし さつま芋とピーマンの甘辛炒め オレンジゼリー 中華スープ(青梗菜・若布)	御飯(160) 牛肉と春雨の五目炒め ごぼうの甘辛煮 フルーツ缶(洋梨) お吸い物(まき麩・大根葉)	ちらし寿司 【温】肉団子の甘辛煮 ぶどうゼリー お吸い物(小花麩・若布)	御飯(160) 赤魚のみりん焼き 厚揚げとふきのくず煮 抹茶ババロア 吸い物(豆腐・ねぎ)	御飯(160) ハンバーグテリヤキソースかけ (付)カフラワー・コーン 白菜の煮物 ピーチゼリー みそ汁(麩・かぶ葉)	御飯(160) 鶏肉のちゃんちゃん焼き 野菜あん) さつま揚げと冬瓜の煮物 フルーツ缶(みかん) お吸い物(とろろ・大根葉)	カレーライス フレンチサラダ 香の物(福神漬) ピーチムース
おやつ	スイロール(ハニラ)	オレンジ蒸しパン	炭酸饅頭	さつま芋も蒸しパン	和のパンケーキ(抹茶)	人形焼き	吹雪饅頭
夕	御飯(160) シーフード玉子焼き (付)スナップエンドウ なすの味噌田楽 大根サラダ	御飯(160) たらの焼き浸し (付)オクラ 豚肉といんげんの炒め物 二色和え	御飯(160) 豚肉のにんにく醤油炒め 青梗菜の煮浸し カリフラワーの磯和え	御飯(160) オムレツのミートソース ミートソース) かぶのコンソメ煮 コールスローサラダ	御飯(160) 八宝菜 切干大根の炒め煮 きやらぶき	御飯(160) 豆腐ステーキのそぼろあんかけ そぼろあん) 海鮮炒め オクラのポン酢和え	御飯(160) 和風卵焼き (付)大根おろし ジャーマンポテト かぶの塩昆布和え
	令和06年12月15日(日)	令和06年12月16日(月)	令和06年12月17日(火)	令和06年12月18日(水)	令和06年12月19日(木)	令和06年12月20日(金)	令和06年12月21日(土)
朝	御飯(160) ちくわの炒め煮 ほうれん草の和え物 みそ汁(麩・長葱) 牛乳	御飯(160) なすの煮びたし 白菜のツナ和え みそ汁(玉葱・貝割れ) ヨーグルト	御飯(160) 大根のそぼろ煮 畑菜の和え物 みそ汁(麩・若布) ヨーグルト	御飯(160) 厚揚げのねぎあんかけ 大根サラダ みそ汁(春菊・貝割れ) ジョア	レーズンブレッド スクランブルエッグ しろなのからし和え パンブキンスープ 乳酸菌飲料	御飯(160) カニカマ卵とじ オクラのお浸し みそ汁(かぶ・かぶ葉) 牛乳	御飯(160) ポークビーイズ ほうれん草のおかかマヨ和え みそ汁(畑菜・人参) 牛乳
昼	御飯(160) 銀だらの煮付け (付)しろな・花人参 豚肉と大根の炒め物 フルーツ缶(白桃) みそ汁(白菜・かぶ葉)	御飯(160) 豚肉のりんごソース炒め (付)ブロッコリー ポテトサラダ フルーツ(バナナ) かきたま汁	きのこご飯 豆腐の野菜あん 野菜あん) 【温】青梗菜のソテー マスカットゼリー コンソメスープ(コーン・大根葉)	御飯(160) たらのねぎみそ焼き (付)ほうれん草 なすのそぼろ炒め フルーツ缶(みかん) かきたま汁	御飯(160) 【温】麻婆豆腐 春巻き バナナムース 中華スープ(春雨・若布)	御飯(160) とんてき (付)キャベツ じゃが芋の中華煮 パインゼリー みそ汁(豆腐・ねぎ)	御飯(160) 鶏肉の手羽先風 (付)スナップエンドウ 【温】かぼちゃの煮物 バニラババロア お吸い物(まき麩・大根葉)
おやつ	ドームケーキ(こしあん)	おかききな粉	レモンケーキ	生クリームどら焼き	セレクトおやつ	チョコ蒸しパン	味噌饅頭
夕	御飯(160) 鶏肉の南部焼き (付)いんげん 大豆の煮物 パンブキンスープ	御飯(160) さけのバター醤油焼き (付)スナップエンドウ れんこんの煮物 春菊の酢味噌和え	御飯(160) かに玉 甘酢あん) 餃子 春雨の和え物	御飯(160) 鶏肉の野菜ポン酢蒸し 野菜ポン酢) ひじきの五目煮 白菜の和え物	御飯(160) 牛肉の塩炒め さつま芋の甘煮 畑菜のごま和え	御飯(160) バサの漬け焼き (付)うまい菜 冬瓜の水晶煮 菜の花のわさび和え	御飯(160) スペイン風オムレツ トマトソース) キャベツのコンソメ煮 ブロッコリーのサラダ
	令和06年12月22日(日)	令和06年12月23日(月)	令和06年12月24日(火)	令和06年12月25日(水)	令和06年12月26日(木)	令和06年12月27日(金)	令和06年12月28日(土)
朝	御飯(160) ソーセージとカフラワーのコンソメ煮 白菜サラダ みそ汁(大根・若布) ジョア	御飯(160) とりつくね 大根のゆかり和え みそ汁(チンゲン菜・しめじ) 牛乳	御飯(160) 厚焼きたまご 菜の花の生姜和え みそ汁(うまい菜・麩) ヨーグルト	御飯(160) がんもの煮物 しろなのごま風味和え みそ汁(玉葱・かぶ葉) 牛乳	バターロール いちごジャム チキンボールの甘酢あん ほうれん草のなめたけ和え クリームポタージュ 乳酸菌飲料	御飯(160) 野菜炒め うまい菜のわさび和え みそ汁(小松菜・油揚げ) 牛乳	御飯(160) シーフードたまご巻き (付)大根おろし 菜の花のごまドレ和え みそ汁(さといも・絹さや) ジョア
昼	御飯(160) めばるの七味焼き (付)いんげん 肉団子の煮物 フルーツ缶(みかん) みそ汁(玉葱・しろな)	御飯(160) 鶏肉のレモンソース (付)ブロッコリー アスパラのソテー フルーツ缶(マンゴー) コンソメスープ(じゃが芋・大根葉)	御飯(160) シチュー コールスローサラダ デザート(バナバロア)	海老ピラフ 煮込みハンバーグ (付)ブロッコリー フルーツ缶(カクテル) コーンスープ	御飯(160) ぶりの照り煮 【温】付)長葱 切干大根の炒め煮 青りんごゼリー お吸い物(卵)	御飯(160) たらの南蛮漬け なすの煮びたし チョコババロア お吸い物(とろろ・大根葉)	御飯(160) そばろちらし寿司 茄子とピーマンのみそ炒め パインゼリー お吸い物(花麩・えのき)
おやつ	スイロール(ハニラ)	カスタードケーキ	プチケーキ(シヨコラ)	クリスマスケーキ	きなこパンケーキ	どら焼き(抹茶)	かぼちゃ蒸しパン
夕	御飯(160) 豚肉のマーメイド焼き (付)ブロッコリー 高野豆腐の含め煮 マカロニサラダ	御飯(160) かれの生姜煮 (付)いんげん れんこんの煮物 スパゲティサラダ	御飯(160) 鮭の幽庵焼き (付)オクラ 小松菜のソテー 浅漬け(かぶ)	御飯(160) バサの野菜あんかけ 冬瓜の旨煮 畑菜のゆずマヨ和え	御飯(160) 豚肉のみそ葱炒め (付)キャベツ さつま芋のレモン煮 白菜のあおさし和え	御飯(160) 家常豆腐 さといもの中華煮 ひじきと大豆の粒マスタード和え ごぼうの煮物 玉葱のサラダ	御飯(160) バサのたらこマヨ焼き (付)ブロッコリー ごぼうの煮物 玉葱のサラダ
	令和06年12月29日(日)	令和06年12月30日(月)	令和06年12月31日(火)				
朝	御飯(160) 厚揚げの治部煮 ほうれん草の和え物 みそ汁(大根・まき麩) 乳酸菌飲料	御飯(160) 納豆 しろなとさつま揚げの煮浸し みそ汁(玉葱・大根葉) ヨーグルト	御飯(160) 豆腐のそぼろがけ 春菊のゆかり和え みそ汁(まき麩・畑菜) 牛乳				
昼	御飯(160) サーモンフライ タルタルソース) (付)甘煮人参・コーン ナポリタン 苺ババロア コンソメスープ(畑菜・貝割れ)	御飯(160) 豚肉のオイスター炒め いんげんの炒め煮 フルーツ缶(カクテル) 中華スープ(玉葱・若布)	年越しそば (具) 【温】肉じゃが ブロッコリーのサラダ フルーツ(バナナ)				
おやつ	チョコレート饅頭	バナナケーキ	マドレーヌ				
夕	御飯(160) 豆腐野菜バーグ 野菜あん) かぶのくず煮 ほうれん草の胡麻和え	御飯(160) 金目鯛の塩麹焼き きんぴらこんにやく ブロッコリーのサラダ	御飯(160) 五目玉子焼き 【温】付)いんげん さつま揚げと昆布の炒り煮 若布と胡瓜の甘酢和え				