



12月 献立一覧表

2024年12月 [高山ちどり]

							1(日)
朝食							◎洋定食 食パン・りんごジャム ポイルウインナー カリフラワーのサラダ 牛乳
昼食							◎お一日 赤飯 カレーの西京焼き からし菜の香味炒め なます えのきのすまし汁
中間食							おかしなバナナ
夕食							ごはん ハンバーグ(醤油マスタードソース) じゃが芋の含め煮 小松菜のピーナツ和え あげのみそ汁



12月 献立一覧表

2024年12月 [高山ちどり]

	2(月)	3(火)	4(水)	5(水)	6(金)	7(土)	8(日)
朝食	◎洋定食 ロールパン スナックエンドウのソテー かぼちゃサラダ 牛乳	◎和定食 中華粥 うまい菜の炒り煮 マンゴー缶 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン ポテトソテー 人参サラダ 牛乳	◎和定食 五目雑炊 しろ菜の炒め物 黄桃缶 牛乳	◎洋定食 丸ロール 茄子のソース炒め カリフラワーのサラダ 牛乳	◎和定食 芋粥 インゲンの中華炒め パイ缶 牛乳	◎洋定食 レーズントッパ スクランブルエッグ スナックエンドウのサラダ 牛乳
昼食	◎寿司の日 あんかけ五目ちらし寿司 【寿司トッピング】 ふろふき大根 白菜のお浸し 【寿司 銀あん】	ごはん ほきのマヨネーズ焼き マカロニのケチャップ炒め レタスサラダ コンソメスープ	ごはん 豚肉の塩だれ炒め 金平ごぼう しろ菜のおかか和え 麩のみそ汁	ごはん クリームシチュー かぼちゃコロッケ 彩り野菜のマリネ いちごゼリー	ごはん 鮭の南部焼き 和風スパゲティ 白菜の和え物 しめじのすまし汁	◎Aメニュー 鶏肉のしょうゆ麹焼き ◎Bメニュー たらの酒蒸し ◎共通料理◎ ごはん レンコンのバター醤油炒め チンゲン菜の酢味噌和え わかめのすまし汁	ごはん コロッケ&海老フライ ひじきの炒め煮 からし菜とツナの和え物 もやしのみそ汁
中間食	ふんわりたい焼き カスタード	◎手作りおやつ 抹茶ババロア	しっとり饅頭(小麦)	やわらかおかき(うす塩)	国産やさしいゼリー	ミニエクレア(いちご)	パンケーキ(メープル)
夕食	ごはん 豚肉の卵とじ 炒り豆腐 チンゲン菜のナムル 玉ねぎのみそ汁	ごはん 鶏肉のくわ焼き もやしのポン酢炒め さつま芋サラダ 春菊のみそ汁	ごはん さばのレモン醤油かけ がんもの含め煮 ブロッコリーとハムのサラダ そうめんのすまし汁	ごはん カレイのさらさ蒸し 平天の炒り煮 からし菜の塩昆布和え かぶのすまし汁	ごはん ふくさ卵 うまい菜の煮浸し 大根の浅漬け 渦巻き麩のみそ汁	ごはん 麻婆豆腐 カニシューマイ 中華スープ	ごはん 白身魚の柚子香煮 竹輪のカレー風味炒め 春雨サラダ とろろ昆布のすまし汁



12月 献立一覧表

2024年12月 [高山ちどり]

	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)
朝食	◎洋定食 食パン・いちごジャム かぶのコンソメ煮 ブロッコリーのマリネ 牛乳	◎和定食 ゆかり粥 ピーマンの和風炒め みかん缶 牛乳	◎洋定食 丸ロール 野菜の和風ポトフ スパゲティサラダ 牛乳	◎和定食 卵粥 うまい菜の炒り煮 フルーツカクテル缶 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン ボイルウインナー オニオンサラダ 牛乳	◎和定食 わかめ雑炊 スナックエンドウの炒め物 マンゴー缶 牛乳	◎洋定食 ロールパン ズッキーニのケチャップ炒め 人参のサラダ 牛乳
昼食	ごはん さばの塩焼き 厚揚げの野菜あんかけ 小松菜の辛子和え 里芋のみそ汁	◎郷土料理 秋田県 ★横手焼きそば フルーツヨーグルト ★いものこ汁	◎Aメニュー カレイの煮付け ◎Bメニュー 豚肉の甘辛炒め ◎共通料理◎ ごはん かき揚げ キャベツの塩だれ和え あげのみそ汁	ごはん 白身魚の蒲焼き 炒めビーフン レンコンの甘酢和え ほうれん草のすまし汁	ごはん 五目豆腐 さつま芋の甘煮 インゲンのピーナツ和え もやしのみそ汁	◎いいご飯・季節のお料理 鶏肉と柚子の炊き込みご飯 たらの梅ダレ 大根もち ごぼうと水菜のごま味噌和え 花麩のすまし汁	ごはん さばの塩麹焼き ☆かぼちゃのいとこ煮 ほうれん草の生姜和え 渦巻き麩のみそ汁
中間食	やわらかおかき(砂糖醤油)	ふんわりたい焼き こしあん	巻きどら焼き(カスタード)	◎手作りおやつ 白桃蒸しパン	ミニエクレア	国産やさいゼリー	しっとり饅頭(吹雪)
夕食	ごはん 豚肉のオイスターソース炒め かぼちゃの含め煮 胡瓜の酢の物 わかめのすまし汁	ごはん さわらの照り焼き 切干大根の炒め煮 オクラのワサビ和え 玉ねぎのみそ汁	ごはん 鶏肉のハニーマスタード炒め 煮奴 からし菜のごま和え わかめのすまし汁	ごはん 豚肉の中華味噌炒め(回鍋肉) 水餃子 ブロッコリーサラダ 中華スープ	ごはん オープンオムレツ(キーマカレー) きのことベーコンのクリーム煮 チンゲン菜のドレッシング和え コンソメスープ	ごはん トンカツ 野菜つみれの煮物 小松菜のおかか和え さつま芋のみそ汁	ごはん お好み焼き かぶのかにあんかけ 白菜のすまし汁



12月 献立一覧表

2024年12月 [高山ちどり]

	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	22(日)
朝食	◎洋定食 レストラン 茄子の中華煮 オクラのドレッシング和え 牛乳	◎和定食 芋粥 イカ団子の煮物 黄桃缶 牛乳	◎洋定食 食パン・りんごジャム 野菜炒め 大根のマリネ 牛乳	◎和定食 中華粥 ピーマンのソテー パイン缶 牛乳	◎洋定食 イエローロール 肉団子のトマト煮 ブロッコリーのサラダ 牛乳	◎和定食 かおり粥 茄子のそぼろ煮 みかん缶 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン カリフラワーのコンソメ煮 キャベツのドレッシング和え 牛乳
昼食	ごはん 鶏肉のソテー(ステーキソース) からし菜の炒め物 カリフラワーのゆかり和え そうめんのすまし汁	◎Aメニュー 豆腐とひき肉の中華煮 ◎Bメニュー エビのチリソース ◎共通料理◎ ごはん チンゲン菜の炒め物 ごぼうサラダ 中華スープ	ごはん ハンバーグ(デミグラスソース) しろ菜のソテー パプリカサラダ コンソメスープ	◎Aメニュー ごはん 鮭の粕煮 ◎面前提供 本館・デイ にぎり寿司(7貫)・いなり寿司 ◎共通料理◎ レンコンの金平 からし菜のドレッシング和え とろろ昆布のすまし汁	☆チキンカレー らっきょ・福神漬け かぶのクリーミーサラダ ヨーグルト(ストロベリーソース)	ごはん 白身魚のタルタル焼き かぼちゃの甘煮 ☆ひじきと水菜の柚子和え 具沢山汁	ごはん 鶏肉のオイスターソース炒め シューマイ ピーマンともやしのナムル あさりのスープ
中間食	パンケーキ(黒蜜きなこ)	ミニエクレア(いちご)	◎手作りおやつ 抹茶蒸しパン	プリン	やわらかおかき(コンポートージュ)	◎季節の和菓子 上生 寒椿	国産やさいぜりー
夕食	ごはん たら野菜あんかけ 高野豆腐の卵とじ 胡瓜とツナのサラダ かぶのみそ汁	ごはん 赤魚の酒蒸し 大豆の煮物 かぼちゃサラダ かまぼこのすまし汁	ごはん 千草焼き 竹輪の甘辛炒め インゲンの和え物 あげのみそ汁	ごはん 鶏肉の幽庵焼き がんもの含め煮 春雨の塩だれ和え 玉ねぎのみそ汁	ごはん カレイのピーナッツ焼き スナックエンドウのソテー スパゲティサラダ わかめのスープ	ごはん 豚肉とごぼうの山椒煮 揚げ出し豆腐 しろ菜のワサビ和え そうめんのすまし汁	ごはん おでん チンゲン菜の炒め物 バナナ



12月 献立一覧表

2024年12月 [高山ちどり]

	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)
朝食	◎洋定食 丸ロール ポテトソテー トマトペンネサラダ 牛乳	◎和定食 卵粥 スナックエンドウの和風炒め フルーツカクテル缶 牛乳	◎洋定食 レーストッパ かぶの中華煮 胡瓜のドレッシング和え 牛乳	◎和定食 中華粥 白菜の炒り煮 マンゴー缶 牛乳	◎洋定食 ロールパン ボイルウインナー スパゲティサラダ 牛乳	◎和定食 鶏雑炊 ほうれん草の炒り煮 黄桃缶 牛乳	◎洋定食 イエローロール キャベツの炒め物 人参のマリネ 牛乳
昼食	◎Aメニュー 和風オープンオムレツ ◎Bメニュー さわらの煮付け ◎共通料理◎ ごはん 明太スパソテー オクラの辛子和え 麩のみそ汁	ごはん 豆腐と豚肉の和風あん 金平ごぼう インゲンのマヨネーズ和え かまぼこのすまし汁	◎クリスマス コーンピラフ 鶏肉のパン粉焼き &じゃが芋のキッシュ ファルファレのサラダ コンソメスープ	ごはん さばの味噌煮 炒めビーフン 小松菜のドレッシング和え かき玉汁	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ うまい菜の炒め物 ピーマンの塩昆布和え わかめのみそ汁	☆かおりごはん たららの山椒香り揚げ 茄子の田楽 切干大根のサラダ しろ菜のすまし汁	ごはん 鶏肉の柚子胡椒焼き さつま芋のバター醤油炒め もやしとわかめの和え物 オクラのみそ汁
中間食	しっとり饅頭(黒糖)	おかしなバナナ	◎クリスマスデザート チョコケーキ	国産やさいゼリー	ふんわりたい焼き こしあん	◎手作りおやつ おしるこ(お餅風ムース入り)	ミニエクレア
夕食	ごはん 鶏肉のネギソース 竹輪の天ぷら ほうれん草のお浸し えのきのすまし汁	ごはん あじの香味焼き さつま芋の甘煮 人参サラダ 春菊のみそ汁	ごはん カレーの蒲焼き しろ菜の煮浸し カリフラワーの梅和え 花麩のすまし汁	ごはん 筑前煮 マグロカツ ほうれん草のみそ汁	ごはん 白身魚のしょうゆ麩焼き 麩の卵とじ ごま豆腐 そうめんのすまし汁	ごはん 豆腐ステーキ かぶの銀あん からし菜のピーナツ和え 里芋のみそ汁	ごはん スパニッシュオムレツ ブロッコリーのソテー マカロニサラダ コンソメスープ



12月 献立一覧表

2024年12月 [高山ちどり]

	30(月)	31(火)					
朝食	◎洋定食 食パン・いちごジャム 野菜のポトフ風 ポテトサラダ 牛乳	◎和定食 ゆかり粥 カリフラワーの和風炒め みかん缶 牛乳					
昼食	ごはん カレイの照り焼き ひじきの炒め煮 チンゲン菜のドレッシング和え 豆腐のみそ汁	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 大豆の煮物 うまい菜のワサビ和え さつま芋のみそ汁					
中間食	巻きどら焼き(抹茶)	ふんわりたい焼き カスタード					
夕食	ごはん 鶏肉の豆乳煮込み レンコンの金平 胡瓜のごま味噌和え 花麩のすまし汁	年越しそば 海老の天ぷら 茄子の煮物 白菜の浅漬け					