

常食(A)

	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	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (温)白菜のコンソメ煮 (冷)フルーツ	小山パン (冷)ママレード (冷)牛乳 (温)青梗菜のソテー (温)ゆで卵	食パン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (冷)大根の香味和え (冷)フルーツ	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (冷)キャベツの和風和え (冷)チーズ	食パン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (冷)ブロッコリーのおろし和え (冷)フルーツ	ワッサン (冷)ママレード (冷)牛乳 (温)インゲンのソテー (冷)チーズ	ロールパン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (冷)チンゲン菜のドレッシング和え (温)ゆで卵
昼	(温)米飯 (温)赤身の彩り蒸しゴマ油かけ(葱油) (温)茄子のおかか煮 (冷)春雨の中華和え (温)味噌汁	(温)米飯 (温)鶏肉のトマトソース (温)ぜんまいの炒め煮 (冷)ポテトサラダ (温)味噌汁	(温)米飯 (温)照り焼きチキン (冷)レタスサラダ (冷)クリスマスケーキ (温)パンプキンスープ	(温)米飯 (温)ビーフシチュー(味確) (冷)レタスサラダ (冷)ヨーグルト和え	(温)米飯 (温)さばの葱味噌焼き (温)ひじきの煮物 (冷)大根のおかか和え (温)すまし汁	(温)米飯 (温)ポテトオムレツ (温)なすのなべしぎ (冷)カリフラワーの中華和え (温)すまし汁	(温)米飯 (冷)サーモンマリネ風(揚焼) (温)豆腐きのこあんかけ (温)コンソメスープ (冷)フルーツヨーグルト
夕	(温)米飯 (温)にら玉肉豆腐(にら玉上かけ) (温)キャベツのカレー炒め (冷)法蓮草の生姜醤油和え	(温)米飯 (温)鱈の焼き浸し (温)もやしの中華炒め (冷)野菜とろろ	(温)米飯 (温)あぶらかのトマトソースかけ (温)しろなのソテー (冷)カリフラワーのカレーマヨサラダ	(温)米飯 (温)赤魚の香り蒸し (温)大根の煮物 (冷)ツナマヨ和え	(温)米飯 (温)チーズハンバーグ (温)かぶのコンソメ煮 (冷)生野菜サラダ	(温)米飯 (温)赤魚の塩こうじ焼き (温)白菜の炒め煮 (冷)菜の花のフレンチ和え	(温)米飯 (温)豚肉の生姜焼き (温)インゲンの炒め物 (冷)大豆サラダ(大豆炊く)

OB食(A)

	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	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (温)白菜のコンソメ煮 (温)ウインナーとスクランブル 季節のフルーツ	(温)米飯 (冷)ふりかけ (冷)ヨーグルト (温)青梗菜のソテー (冷)納豆 (温)味噌汁 季節のフルーツ	食パン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (冷)大根の香味和え (温)スープ(ポターージュ) 季節のフルーツ	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (冷)キャベツの和風和え (温)スープ(コーン) 季節のフルーツ	(温)米飯 (冷)ふりかけ (冷)ヨーグルト (冷)ブロッコリーのおろし和え (冷)納豆 (温)味噌汁 季節のフルーツ	ワッサン (冷)ママレード (冷)牛乳 (温)インゲンのソテー (温)スクランブルエッグ 季節のフルーツ	ロールパン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (冷)チンゲン菜のドレッシング和え (温)スープ(パンプキン) 季節のフルーツ
昼	(温)米飯 (温)ホキの彩り蒸しゴマ油かけ(葱油) (温)茄子のおかか煮 (冷)春雨の中華和え (温)味噌汁 (温)春巻き 季節のフルーツ (冷)ジョア(プレーン)	(温)米飯 (温)鶏肉のトマトソース (温)ぜんまいの炒め煮 (冷)ポテトサラダ (温)味噌汁 (冷)ごま豆腐 季節のフルーツ (冷)牛乳	(温)米飯 (温)照り焼きチキン (冷)レタスサラダ (冷)クリスマスケーキ (温)パンプキンスープ (温)海鮮しゅうまい (冷)ヨーグルト	(温)米飯 (温)ビーフシチュー(味確) (冷)レタスサラダ (冷)ヨーグルト和え (冷)冷奴 (冷)ジョア(プレーン)	(温)米飯 (温)さばの葱味噌焼き (温)ひじきの煮物 (冷)大根のおかか和え (温)すまし汁 (温)蒸ししゅうまい 季節のフルーツ (冷)牛乳	(温)米飯 (温)ポテトオムレツ (温)なすのなべしぎ (冷)カリフラワーの中華和え (温)すまし汁 (冷)冷奴 季節のフルーツ (冷)ヨーグルト(ソファール)	(温)米飯 (冷)サーモンマリネ風(揚焼) (温)豆腐きのこあんかけ (冷)フルーツヨーグルト (温)コンソメスープ (温)海鮮しゅうまい (冷)ヨーグルト
夕	(温)赤飯 魚の西京漬焼き(弁当箱) 炊き合わせ(弁当箱) ごま和え(弁当箱) 大根サラダ (温)キャベツのカレー炒め (温)味噌汁 季節のフルーツ	(温)米飯 魚のポアレ グラタン トマト煮 (冷)野菜とろろ (温)すまし汁 季節のフルーツ(みかん)	(温)米飯 天ぷら 天つゆ お造り パック醤油 茶碗蒸し (冷)カレーマヨサラダ (温)味噌汁 季節のフルーツ	(温)米飯 ハンバーグ ホタテとえびのホイル焼き フレッシュサラダ (冷)ツナマヨ和え (温)味噌汁 季節のフルーツ	(温)うなぎ丼 酢の物 肉巻き (温)かぶのコンソメ煮 (温)すまし汁 季節のフルーツ	(温)米飯 ポークステーキ 付けあわせ ソース サラダ オムレツ (冷)菜の花のフレンチ和え (温)味噌汁(あさり) 季節のフルーツ	散らし寿司 パック醤油 炊き合わせ 茶碗蒸し (冷)大豆サラダ(大豆炊く) (温)すまし汁 季節のフルーツ

軟々菜(とろみ)

	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	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)コンソメ煮 (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)青梗菜のソテー (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)香味和え (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)キャベツの和風和え (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)ブロッコリーのおろし和え (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (温)インゲンのソテー (冷)フルーツ	(温)5分粥 (温)味噌汁 (冷)牛乳 (冷)チンゲン菜の和え物 (冷)フルーツ
昼	(温)5分粥 (温)煮魚(カボ添え) (温)青菜のおかか煮 (冷)春雨サラダ (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)鶏肉のあんかけ (温)野菜ソテー (冷)ポテトサラダ (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)照り焼きチキン(照りあん) (温)卵ソテー カタラーナ (温)パンプキンスープ	(温)5分粥 (温)ホワイトシチュー (冷)サラダ (冷)フルーツヨーグルト (温)味噌汁	(温)5分粥 (温)魚の味噌漬け焼き (温)春雨の煮物 (冷)マヨ醤油和え (温)すまし汁	(温)5分粥 (温)ポークソテー (温)じゃが芋の煮物 (冷)小松菜の和え物 (温)すまし汁	(温)5分粥 (温)ムニエル(幼児あんなし) (温)ポパイソテー (温)コンソメスープ (冷)フルーツヨーグルト
夕	(温)5分粥 (温)卵肉豆腐 (温)カリフラワーの和風煮 (冷)インゲンのサラダ	(温)5分粥 (温)卵とじ (温)キャベツのソテー (冷)春菊のお浸し	(温)5分粥 (温)魚のトマトソースがけ (温)炒め物 (冷)マヨ和え	(温)5分粥 (温)魚のあんかけ(野菜添え) (温)じゃが芋の煮物 (冷)マヨ和え	(温)5分粥 (温)鶏肉ケチャップソースかけ (温)さつま芋のコンソメ煮 (冷)和え物	(温)5分粥 (温)魚の塩麴蒸し (温)白菜の煮物 (冷)菜の花のマヨ和え	(温)5分粥 (温)和風煮 (温)インゲンの炒め物 (冷)パンプキンサラダ

ソフト食(A)

	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	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (温)コンソメ煮 (冷)フルーツ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (温)青梗菜のソテー (冷)フルーツ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (冷)香味和え (冷)フルーツ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (冷)キャベツの和風和え (冷)フルーツ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (冷)ブロッコリーのおろし和え (冷)フルーツ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (温)インゲンのソテー (冷)フルーツ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)みそ汁 (冷)ヨーグルト (冷)チンゲン菜の和え物 (冷)フルーツ (冷)たいみそ
昼	(温)粥ゼリー (温)煮魚 (冷)おかかマヨかけ (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)鶏肉のあんかけ (冷)サラダ(かけ) (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)照り焼きチキン(照りあん) (冷)サラダ (温)すまし汁 (冷)いちごゼリー (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)シチュー (冷)サラダ (温)みそ汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)魚の味噌かけ (冷)ドレッシング和え (温)すまし汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)ポークソテー (冷)小松菜の和え物 (温)すまし汁 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)中華あんかけ (冷)大根サラダ (温)コンソメスープ (冷)たいみそ
夕	(温)粥ゼリー (温)鶏と卵の中華煮 (温)カリフラワーの和風煮 (冷)インゲンのサラダ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)煮魚 (温)ソテー (冷)お浸し (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)コンソメあんかけ (温)炒め物 (冷)和え物 (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)魚の野菜あんかけ (温)じゃが芋の煮物 (冷)マヨかけ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)ケチャップソースかけ (温)さつま芋コンソメ煮 (冷)サラダ(かけ) (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)銀あんかけ (温)白菜の煮物 (冷)菜の花のマヨかけ (冷)たいみそ	(温)粥ゼリー (温)生姜焼き風 (温)インゲンの炒め物 (冷)マヨかけ (冷)たいみそ