

令和7年12月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

		12月1日 (月)	12月2日 (火)	12月3日 (水)	12月4日 (木)	12月5日 (金)	12月6日 (土)
朝食		御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 高菜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン ベイクドエッグ バナナ 牛乳
昼食		赤飯 メバルの漬焼き 吸物 大根の帆立くず煮 甘酒	あんかけそぼろ丼 吸物 甘酢生姜和え	キーマカレー サラダ フルーツヨーグルト 福神漬	御飯 サバのみりん焼き 吸物 白和え	フレンチトースト ブラウンシチュー サラダ	御飯 かぼちゃコロッケ ちゃんこ汁 かぶの甘酢漬け
間		どら焼き	ラブレ	プリンタルト	いちご饅頭	りんごジュース	もみじ饅頭
夕食		御飯 鶏の柚子照り煮 吸物 さつまいもサラダ	御飯 えびしんじょ 味噌汁 ごぼうとこんにゃくの金平	御飯 太刀魚の漬焼き 吸物 春雨キャベツ	御飯 白菜とえびの中華煮 スープ バンバンジー	御飯 ホキのあおさあんかけ 味噌汁 さつま芋と昆布の煮物	御飯 鰯の磯辺焼き 味噌汁 里芋の煮付け
	12月7日 (日)	12月8日 (月)	12月9日 (火)	12月10日 (水)	12月11日 (木)	12月12日 (金)	12月13日 (土)
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン 里芋サラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳
昼食	御飯 煮魚 山芋のすり流し汁 ひじき入り卵焼き	御飯 鮭のたらも焼き けんちん汁 春菊の甘辛炒め	御飯 豚肉と大根の煮物 そうめん汁 塩昆布和え	御飯 ホッケの白醬油焼き さつま汁 深山和え	生姜ごはん 筑前煮 茶碗蒸し 酢味噌和え	御飯 サバの竜田焼き 吸物 かぶの旨煮	人参ごはん 赤魚のおろし煮 吸物 スパサラダ
間	クリームコンフェ	野菜生活	黒棒	とと焼き	飲むヨーグルト	カエデの実	シュークリーム
夕食	御飯 豚肉と厚揚げの煮物 スープ もずく酢	御飯 鶏チリ レタススープ みかんサラダ	御飯 ホキのなめ茸おろしのせ 味噌汁 白菜の煮浸し	御飯 焼き豆腐の帆立あんかけ スープ 中華和え	御飯 鰯の梅しそ焼き ねぎスープ ほうれん草の卵とし	御飯 山芋のお好み焼き風 味噌汁 レモン和え	チキンカレー サラダ フルーチェ 福神漬
	12月14日 (日)	12月15日 (月)	12月16日 (火)	12月17日 (水)	12月18日 (木)	12月19日 (金)	12月20日 (土)
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 千切り煮 たくあん	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳
昼食	御飯 鶏肉とキャベツの塩麴炒め もずくスープ 煮豆	御飯 鮭の石狩風煮 吸物 サラダ	御飯 蓮根バーグ 豆乳スープ おからサラダ	サンドイッチ クラムチャウダー サラダ	十六穀ごはん カレイの幽庵焼き 蓮根のすり流し汁 かぶの甘酢漬け	御飯 麻婆豆腐 スープ バンサンスー	御飯 サバの味噌煮 吸物 小松菜のごまボン酢和え
間	ラブレ	丸ボーロ	もみじ饅頭	ミルージュ	ワッフル	クリームコンフェ	気になる野菜
夕食	御飯 煮魚 味噌汁 蒸し鶏のサラダ	御飯 エビチリ春雨 スープ ぎょうざ	御飯 塩サバ ワカメスープ 卵の花の炒り煮	御飯 おでん 味噌汁 オクラのとろろ和え	御飯 肉じゃがオムレツ 吸物 塩麴和え	御飯 ホキの味噌漬焼き スープ 厚揚げの高菜炒め	御飯 鶏肉と栗の煮物 吸物 サラダ
	12月21日 (日)	12月22日 (月)	12月23日 (火)	12月24日 (水)	12月25日 (木)	12月26日 (金)	12月27日 (土)
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン 卵とブロッコリーのサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン ベイクドエッグ バナナ 牛乳
昼食	御飯 鶏の青じそ炒め 吸物 だし巻き卵	御飯 白身魚フライ 南瓜のポタージュ サラダ ★冬至★	ビーフカレー サラダ フルーツ杏仁 福神漬	御飯 赤魚の香味焼き みぞれ汁 里芋の煮物	オムライス コーンスープ ケーキ ★クリスマス★	御飯 煮魚 吸物 和風ポテトサラダ	御飯 鶏肉と麩の親子煮 吸物 ほうれん草のごま和え
間	黒棒	ショコラブッセ	りんごジュース	スイートポテト	ラブレ	カエデの実	カスタードケーキ
夕食	御飯 ホッケのバター醬油焼き スープ 春菊の辛子和え	御飯 五目柳川風 吸物 酢味噌和え	御飯 くずし豆腐の海鮮煮 味噌汁 華風和え	御飯 豚肉の味噌炒め 吸物 大根のしば漬け和え	御飯 カレイの黄金焼き トマトの和風スープ オクラサラダ	御飯 カットハンバーグ スープ サラダ	御飯 鰯の梅麴焼き 吸物 大根のそぼろ煮
	12月28日 (日)	12月29日 (月)	12月30日 (火)	12月31日 (水)			
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜漬			
昼食	赤飯 金目鯛の煮つけ 吸物 紅白なます ★37周年開苑記念日★	御飯 バーベキューチキン たまごのコンソメスープ サラダ	御飯 鮭の塩焼き 豚汁 もずくのだし和え	年越しそば かぶの煮物 ヨーグルト ★大晦日★			
間	祝饅頭	バームクーヘン	野菜生活	もみじ饅頭			
夕食	御飯 鶏肉と厚揚げの煮物 味噌汁 煮豆	御飯 煮魚 吸物 白菜のゆず和え	御飯 肉豆腐 吸物 温泉卵	御飯 サバの煮付け 豆乳味噌汁 浅漬け			