

令和7年12月 献立表

介護老人保健施設しらさぎ苑

| | | 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 |
| 間食 | | 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 里芋の煮付け | 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 麸の煮物 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 ホッケの白醤油焼き 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 |
| 間食 | 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 ほうれん草の卵とじ | 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麹炒め 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 小松菜のごまポン酢和え |
| 間食 | 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 塩麹和え | 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 麸の煮物 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 ★冬至★ | 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 鶏肉と麸の親子煮 吸物 ほうれん草のごま和え |
| 間食 | 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 ホッケのバター醤油焼き 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 大根のしぶ漬け和え | 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 鰯の梅麹焼き 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★ | | | |
| 間食 | 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 | | | |