令和8年12月　献 立 表

介護老人保健施設しらさぎ苑

			12月1日（火）	12月2日（水）	12月3日（木）	12月4日（金）	12月5日（土）
朝食			パン ベイクドエッグ 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 じゃが芋のコンソメ煮 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	御飯 サバのみりん焼き 吸物 白和え	ビーフカレー サラダ フルーツヨーグルト 福神漬	御飯 さんま竜田のおろしポン酢のせ ちゃんこ汁 おからサラダ
間			どら焼き	カエデの実	ミルージュ	クリームコンフェ	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 白菜とえびの中華煮 スープ バンバンジー	御飯 太刀魚の漬焼き 吸物 春雨キャベツ	御飯 鶏の青のり炒め 味噌汁 焼きなすサラダ
	12月6日（日）	12月7日（月）	12月8日（火）	12月9日（水）	12月10日（木）	12月11日（金）	12月12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 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 豚肉と大根の煮物 山芋のすり流し汁 ひじき入り卵焼き	御飯 豚肉と厚揚げの煮物 そうめん汁 塩昆布和え	御飯 ホッケの白醤油焼き けんちん汁 春菊の甘辛炒め	フレンチトースト ブラウンシチュー かぶのサラダ	御飯 鮭のたらも焼き さつま汁 深山和え	生姜ごはん 筑前煮 吸物 酢味噌和え	御飯 サバの竜田焼き 吸物 かぶの旨煮
間	ラブレ	ドームケーキ	カスタードケーキ	りんごジュース	シュークリーム	バームクーヘン	野菜生活
夕食	御飯 赤魚の磯辺焼き 味噌汁 里芋と昆布の煮物	御飯 煮魚 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 鰆の梅しそ焼き 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
	12月13日（日）	12月14日（月）	12月15日（火）	12月16日（水）	12月17日（木）	12月18日（金）	12月19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 キャベツの煮物 バナナ 牛乳
昼食	御飯 鶏肉とキャベツの塩麹炒め 吸物 煮豆	人参ごはん 煮魚 味噌汁 蒸し鶏のサラダ	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 サラダ	御飯 鶏の青じそ炒め 吸物 小松菜のごまポン酢和え	御飯 カレイの幽庵焼き 蓮根のすり流し汁 かぶの甘酢漬け 黒ごまプリン	御飯 麻婆豆腐 スープ バンサンスー
間	原宿ドッグ	もみじ饅頭	ラブレ	ストロベリータルト	丸ボーロ	ジョア	かぼちゃ饅頭
夕食	御飯 赤魚のおろし煮 味噌汁 スパサラダ	キーマカレー サラダ フルーチェ 福神漬	御飯 おでん 味噌汁 オクラのとろろ和え	御飯 塩サバ ワカメスープ 人参の高菜炒め	御飯 エビチリ春雨 スープ ぎょうざ	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 卵の花の炒り煮
	12月20日（日）	12月21日（月）	12月22日（火）	12月23日（水）	12月24日（木）	12月25日（金）	12月26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 麸の煮物 たくあん	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳
昼食	御飯 サバの味噌煮 吸物 だし巻き卵	サンドイッチ クラムチャウダー サラダ	御飯 白身魚フライ 南瓜のポタージュ サラダ ★冬至★	チキンカレー 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 デザート ★クリスマス★	御飯 煮魚 そうめん汁 オクラのなめ茸和え
間	ワッフル	ドームケーキ	プリンタルト	もみじ饅頭	飲むヨーグルト	野菜生活	クリームブッセ
夕食	御飯 鶏肉と栗の煮物 吸物 サラダ	御飯 五目柳川風 吸物 大根のそぼろ煮	御飯 くずし豆腐の海鮮煮 スープ 春菊の辛子和え	御飯 ホッケのバター醤油焼き 味噌汁 華風和え	御飯 豚肉の味噌炒め 吸物 サラダ	御飯 カレイの黄金焼き トマトの和風スープ サラダ	御飯 カットハンバーグ スープ 和風ポテトサラダ
	12月27日（日）	12月28日（月）	12月29日（火）	12月30日（水）	12月31日（木）		
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 じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 肉団子と白菜の煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 高菜漬		
昼食	御飯 肉豆腐 吸物 大根のしば漬け和え	赤飯 金目鯛の煮つけ 茶碗蒸し 紅白なます ★38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 深山和え	年越しそば かぶの煮物 ヨーグルト ★大晦日★		
間	ミルージュ	祝饅頭	丸ボーロ	黒棒	カスタードケーキ		
夕食	御飯 鰆の梅麹焼き 味噌汁 煮豆	御飯 鶏肉と厚揚げの煮物 味噌汁 もずくのだし和え	御飯 煮魚 吸物 白菜のゆず和え	御飯 鶏肉と麸の親子煮 吸物 酢味噌和え	御飯 サバの煮付け 豆乳味噌汁 浅漬け		