

献立予定(実施)表

現 場：パンデ（絆）
献立種類：常食（個別献立）
期 間：2024/12/1～2024/12/31

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
朝食	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 南瓜煮 味噌汁 梅びしお 牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 のり佃（ﾊﾞｯｸ） 低脂肪牛乳	パン（チョコ） たまごサラダ フルーツ缶（白桃） 牛乳	ご飯150g 卵の花煮 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン（りんごジャム） コールスローサラダ フルーツ缶（みかん） 低脂肪牛乳	ご飯150g 茄子と揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食	赤飯 アジの照り焼き 付）なます 筑前煮 オクラのごま和え 味噌汁（豆腐）	ご飯150g 豚肉の生姜焼き 付）ブロックリー キャベツとハムのトマト煮 菜の花のゆかり和え 味噌汁（南瓜）	ご飯150g 豆腐ﾌｳﾌｳ揚げお好み焼き風 付）ピーマンソテー 切り干し大根の煮付け すまし汁（花魁） 漬物	ご飯150g 牛肉コロッケ 付）ｷｬﾍﾞﾂ 竹輪と大根の煮物 マカロニサラダ コンソメスープ	ちらし寿司 ミニ天ぷらうどん	ご飯150g えびカツ&鰻フライ 付）ブロックリー 炒り豆腐 胡瓜とｷｬﾍﾞﾂの酢の物 味噌汁（さつま芋）	菜飯（半量） 焼きうどん 春巻き 卵スープ 果物（オレンジ）
夕食	ご飯150g 煮込みハンバーグ 付）ｸﾞﾗﾂｪ・ほうれん草ソテー ジャーマンポテト ｷｬﾍﾞﾂのﾄﾚｯｼﾝｸﾞ和え コンソメスープ	ご飯150g ﾎﾝﾎﾝﾏｽﾀｰﾄﾞ焼き 付）ｷﾞﾝﾃﾞ・ｽﾅｯﾌﾟ ﾍﾝﾄﾞﾙ れんこんの煮物 胡瓜の酢の物 味噌汁（なす）	ご飯150g ポークビーンズ ほうれん草とハムソテー ポテトサラダ コンソメスープ	ご飯150g 揚げ出し豆腐の中華あんかけ 玉子と小松菜の炒め物 春雨の中華和え 味噌汁（とろろ昆布）	ご飯150g 焼き鳥 付）ﾄﾏﾄ 人参きんぴら ほうれん草のﾋﾞｰﾅｯｸﾞ和え 味噌汁（エノキ）	麦ご飯 やわらか煮魚の甘酢あん 付）人参・ｷﾑﾁ 里芋鶏そぼろ煮 味噌汁（白菜） 漬物	ご飯150g 松風焼き 付）ｸﾞﾘﾙ南瓜 野菜大豆煮 大根のおかかサラダ 味噌汁（ほうれん草）
3時	もみじまんじゅう	バナナケーキ りんごジュース	一口カステラ コーヒー	いちごシュクレ 紅茶	たい焼き（小豆）	ベルギーワッフル 紅茶	薫るカフェゼリー
	8	9	10	11	12	13	14
朝食	ご飯150g さつま揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 梅びしお 牛乳	ご飯150g 切り干し大根の煮付け 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン（ﾏｶﾞﾘﾝ） ヘルシーサラダ フルーツ缶（パイナップル） 牛乳	ご飯150g じゃが芋と鶏そぼろ煮 味噌汁 のり佃（ﾊﾞｯｸ） コーヒー牛乳	パン（イチゴジャム） マカロニサラダ フルーツ缶（黄桃） 低脂肪牛乳	ご飯150g 里芋の鶏そぼろ煮 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食	ご飯150g 親子煮 がんもの煮付 味噌汁（しめじ） 漬物	ポークカレー 野菜サラダ 漬物（福神漬） 果物（バナナ）	ご飯150g さばの味噌煮 付）オクラ 南瓜の煮物 冷奴 すまし汁（花魁）	ご飯150g 鶏肉のネギ塩焼き 付）ｲﾝﾍﾞﾝ 茄子と揚げの煮物 人参サラダ ワンタンスープ	ふりかけご飯（半量） 味噌ラーメン タレ付き肉団子 オレンジジュース	ご飯150g ミンチカツ 付）ｷｬﾍﾞﾂ 高野豆腐の煮物 オクラのおかか和え コンソメスープ	ハヤシライス コールスローサラダ ぶどうゼリー
夕食	ご飯150g 焼き餃子とシウマイ 菜の花のナムル 中華スープ 杏仁豆腐～ﾌﾚｯｼｰ～	ご飯150g ピーマンの肉詰め 付）ﾊｽﾀ 長芋のｵｲｽﾀｰｽﾞ炒め ｲﾝﾍﾞﾝの胡麻和え 味噌汁（そうめん）	ご飯150g ボトフ風 ささみとブロックリーの炒め物 たまごサラダ フルーツヨーグルト	ご飯150g カレイの鰻焼 付）ｷﾑﾁ・人参 ロール玉子焼き 菜の花のからし和え 味噌汁（里芋）	麦ご飯 牛すき煮 温泉卵 すまし汁（とろろ昆布） 漬物	ご飯150g アジの生姜煮 付）大根の煮物 玉子と小松菜の炒め物 蒸しなす すまし汁（はんぺん）	ご飯150g 鶏肉の鹽辺焼き 付）ｸﾞﾘﾙ南瓜 レンコンの煮物 白菜の塩昆布和え 味噌汁（揚げ）
3時	牛乳ケーキ	ﾓﾝﾌﾗｲﾄﾞﾚｯﾄケーキ コーヒー	田舎まんじゅう	黒糖ケーキ 紅茶	チョコパウム 紅茶	ようかん	メープルバンケーキ 紅茶
	15	16	17	18	19	20	21
朝食	ご飯150g 肉じゃが 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 大根と油揚げの煮物 味噌汁 のり佃（ﾊﾞｯｸ） 牛乳	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン（チョコ） マカロニサラダ フルーツ缶（カクテル） 牛乳	ご飯150g 炒り豆腐 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン（ﾏｶﾞﾘﾝ） たまごサラダ フルーツ缶（みかん） 低脂肪牛乳	ご飯150g じゃが芋のきんぴら 味噌汁 梅びしお ヨーグルト
昼食	ご飯150g 豚肉の味噌炒め 絹寄せホタテしんじょう 胡瓜の酢の物 味噌汁（南瓜）	ピラフ グラタンコロッケ 付）ｷｬﾍﾞﾂ コンソメスープ プリン	ご飯150g チキン南蛮 付）ﾅﾎﾘﾀﾝｽﾊﾞｹｯﾁ じゃがいも洋風煮 味噌汁（エノキ） 果物（オレンジ）	田舎ちらし寿司風 がんもの煮付 ほうれん草の白和え 赤だし（うずまき魁）	ご飯150g 白身魚のﾄﾏﾄ煮 付）ｲﾝﾍﾞﾝ ひじき煮 菜の花の和え物 味噌汁（とろろ昆布）	キーマカレー～南瓜添え～ 野菜サラダ 漬物（福神漬） ヨーグルト	ご飯150g ﾀﾗﾏｺﾝ焼き 付）ﾌﾛｯｺﾘｰ 信田巻き 柚子なます 豚汁
夕食	ご飯150g 豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ～ｷﾉｺあんかけ～ 鶏レバーの甘辛煮 さつままいサラダ 味噌汁（なす）	ご飯150g アジの竜田揚げ 付）大根おろし 人参のたらこ金平 菜の花の胡麻和え 味噌汁（鮎）	麦ご飯 豚肉と野菜の青椒ｾｰｽ炒め ｶﾆｼﾕｰまい わかめスープ 漬物	ご飯150g 和風おろしハンバーグ 付）ｷﾞﾝﾃﾞ・ﾌﾛｯｺﾘｰ ミニグラタン インゲンのなめ茸わさび和え すまし汁（そうめん）	ご飯150g 厚揚げの肉味噌炒め カ大学芋 やみつき胡瓜 中華スープ	ご飯150g カレイの照り焼き 付）オクラ・人参 里芋の鶏そぼろ煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁（豆腐）	ご飯150g 鶏肉の塩だれ炒め 豆腐の中華煮 インゲンの海苔和え 味噌汁（えのき）
3時	今川焼き	バームロール コーヒー	あんドーナツ りんごジュース	カステラ 紅茶	りんごゼリー	おはぎ	たい焼き（カスタード） 紅茶
	22	23	24	25	26	27	28
朝食	ご飯150g 豚肉とごぼうのうま煮 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 のり佃（ﾊﾞｯｸ） 牛乳	ご飯150g 切り干し大根の煮付け 味噌汁 梅びしお 低脂肪牛乳	パン（イチゴジャム） パンパキンサラダ フルーツ缶（カクテル） 牛乳	ご飯150g さつま揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン（チョコ） スパゲッティーサラダ フルーツ缶（白桃） 低脂肪牛乳	ご飯150g 里芋の鶏そぼろ煮 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食	麻婆豆腐丼 焼き餃子 春雨の中華和え 中華スープ	☆郷土料理～山梨県～ ゆかり飯（半量） ほうとう風 五目豆煮 果物（バナナ）	ご飯150g お好み焼き 蒸しなす 味噌汁（ほうれん草） フルーツ缶（みかん）	☆クリスマスメニュー☆ ｸﾘｽﾏｽのﾎﾂﾂ～ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞのせ～ フレンチサラダ コンソメスープ プリン	ご飯150g 白身魚のﾊﾞｼﾞﾙﾄﾞｲﾔ焼き 付）玉子焼き がんも煮付 胡瓜の梅和え 味噌汁（しめじ）	ご飯150g 豚肉と野菜の旨塩炒め レンコンの金平 花野菜サラダ すまし汁（花魁）	ご飯150g ﾎﾝﾎﾝ～おろしﾎﾝ酢がけ 付）ﾌﾛｯｺﾘｰ ちくわの磯辺煮 冷奴 味噌汁（わかめ）
夕食	ご飯150g 肉じゃが れんこん饅頭 菜の花のサラダ すまし汁（小花魁）	ご飯150g さばの南蛮漬け（カレー風味） 付）ｷｬﾍﾞﾂ 里芋の煮物 インゲンの明太和え 味噌汁（豆腐）	麦ご飯 照り焼きチキン 付）ピーマン・しめじ じゃがいも洋風煮 マカロニサラダ すまし汁（はんぺん）	ご飯150g 豚肉と厚揚げの焼肉炒め 青菜の胡麻和え 味噌汁（大根） 漬物	ご飯150g ビーフシチュー ほうれん草ハムソテー フルーツ缶（パイナップル）	ご飯150g ミートオムレツ 付）ｷｬﾍﾞﾂ ジャーマンポテト ツナマヨ和え コンソメスープ	ご飯150g アジの山椒焼き 付）さつま芋甘煮 卵の花煮 オクラの辛子和え すまし汁（そうめん）
3時	人形焼き 紅茶	カステラドーナツ	ﾏﾝﾖまんじゅう 紅茶	いちごﾛｰﾙ コーヒー	黒糖まんじゅう	ミルクロール	バウンドケーキ 紅茶
	29	30	31				
朝食	ご飯150g 切干大根の煮付 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 肉じゃが 味噌汁 のり佃（ﾊﾞｯｸ） 牛乳	ご飯150g さつま揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳				
昼食	ビーフカレー コールスローサラダ 漬物（福神漬） フルーツ杏仁豆腐	ご飯150g 魚の唐揚げ和風あんかけ 付）オクラ 炒り豆腐 青梗菜の錦糸和え 味噌汁（南瓜）	ご飯150g 豚肉と茄子の甘辛煮 エビしゅまい 菜の花の柚子味噌和え すまし汁（小花魁）				
夕食	ご飯150g カレイの煮付け 付）ｷﾑﾁ・人参 南瓜の鶏そぼろ煮 ほうれん草のおかか和え 味噌汁（豆腐）	麦ご飯 牛肉のチャプチェ風 もやしのナムル 卵スープ 漬物	いなり寿司 年越しそば ひじき豆 キャベツの塩昆布和え				
3時	バナナカステラ コーヒー	バウムクーヘン 紅茶	あんまん				