# <献立表>

## 京都桂川園　月間献立表　12月

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 朝食 | | | ミルク<br>コーヒー<br>みかん缶<br>食パン | 牛乳<br>コーヒー<br>洋梨缶<br>食パン<br>ショコラツイスト | 牛乳<br>コーヒー<br>黄桃缶<br>食パン<br>カスタードロール | 牛乳<br>コーヒー<br>マンゴー缶<br>食パン<br>ミルククリームパン | 牛乳<br>コーヒー<br>白桃缶<br>食パン<br>りんりんりんご |
| 昼食 | | | ＊お誕生日メニュー<br>ぶりの散らし寿司<br>野菜信田の含め煮<br>水ようかん<br>赤だし（なめこ）<br>軟飯粥：海老の卵とじ | ご飯<br>メンチカツ<br>だし巻き卵<br>胡瓜のポン酢和え<br>味噌汁（おつゆ麸） | 菜飯（110g）<br>肉うどん<br>かぶとおあげの煮浸し<br>おくらのわさび和え | ご飯<br>さばの塩焼き<br>なべしぎ<br>ほうれん草のお浸し<br>清汁（とろろ昆布） | ご飯<br>A/チキンチャップ<br>B/さけのバジルソースかけ<br>ジャーマンポテト<br>ブロッコリーサラダ<br>コンソメスープ（えのき） |
| 夕食 | | | ご飯<br>鶏肉のガーリックソテー<br>ブロッコリーの洋風そぼろあん<br>白菜のサウザンドレサラダ<br>コンソメスープ（椎茸）<br>ロールケーキ（アールグレイ）<br>オレンジジュース | ご飯<br>白身魚の香味ソースかけ<br>ごぼうと三度豆の炒め物<br>さつま芋のごまドレサラダ<br>中華スープ（もやし）<br>紅葉まんじゅう<br>ぶどうジュース | ご飯<br>かれいの酒蒸し<br>南瓜のいとこ煮<br>切干大根の和風サラダ<br>清汁（かまぼこ）<br>ドーナツ<br>リンゴジュース | ご飯<br>千草焼き<br>煮豆（うずら豆）<br>春菊のしば和え<br>味噌汁（しめじ）<br>鯛焼きクリーム<br>オレンジジュース | ご飯<br>さわらの粕漬け焼き<br>ひじき煮付け<br>しろ菜の辛子マヨ和え<br>清汁（そうめん）<br>田舎まんじゅう<br>ぶどうジュース |
| 3時おやつ | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 朝食 | ミルク<br>コーヒー<br>フルーツカクテル<br>食パン<br>ストロベリーツイスト | ミルク<br>コーヒー<br>黄桃缶<br>食パン<br>ショコラロール | ミルク<br>コーヒー<br>みかん缶<br>食パン | 牛乳<br>コーヒー<br>洋梨缶<br>食パン<br>ミルクツイスト | 牛乳<br>コーヒー<br>黄桃缶<br>食パン<br>レーズンドッグ | 牛乳<br>コーヒー<br>マンゴー缶<br>食パン<br>カスタードクリームパン | 牛乳<br>コーヒー<br>白桃缶<br>食パン<br>ストロベリーツイスト |
| 昼食 | ご飯<br>赤魚の山椒煮<br>高野豆腐の含め煮<br>長芋とろろ<br>味噌汁（うず巻麸） | ご飯（110g）<br>サンラータン麺<br>蒸しシューマイ<br>おくらの搾菜和え | ご飯<br>A/豚肉のマスタード炒め<br>B/たらのピザ風焼き<br>マカロニのクリーム煮<br>胡瓜サラダ<br>コンソメスープ（じゃが芋） | ＊新巻鮭<br>三色丼<br>冬瓜のさっと煮<br>みかん<br>味噌汁（ごぼう） | ご飯<br>A/肉団子の甘酢煮<br>B/白身魚の中華あんかけ<br>里芋の煮っころがし<br>小松菜の中華サラダ<br>中華スープ（えのき） | ＊忘年会<br>ひじき御飯（110g）<br>煮込み風うどん<br>添え：海老天（1本）<br>温泉卵 | ご飯<br>さばのカレー風味焼き<br>南瓜のバター煮<br>ほうれん草のしらす和え<br>イタリアン野菜コンソメスープ |
| 夕食 | ご飯<br>豚肉とピーマンの炒め物<br>さつま芋のレモン煮<br>小松菜のくるみ和え<br>春雨スープ<br>リンゴジュース | ご飯<br>ブリ大根<br>蓮根のごま煮<br>青梗菜のかに風味和え<br>味噌汁（南瓜）<br>ドームケーキ（チョコ）<br>オレンジジュース | ご飯<br>鶏肉の塩麹焼き<br>春菊の煮浸し<br>キャベツの塩昆布和え<br>清汁（かまぼこ）<br>今川焼（抹茶）<br>ぶどうジュース | ご飯<br>豆腐ハンバーグ<br>茄子田楽<br>しろ菜の梅マヨ和え<br>清汁（うず巻麸）<br>ワッフル<br>リンゴジュース | ご飯<br>牛肉の洋風煮<br>菜の花とハムのソテー<br>カリフラワーのマリネ<br>コンソメスープ（コーン）<br>黒糖まんじゅう<br>オレンジジュース | ご飯<br>ホッケの南部焼き<br>がんもの含め煮<br>ブロッコリーのお浸し<br>味噌汁（おつゆ麸）<br>ロールケーキ（イチゴミルク）<br>ぶどうジュース | ご飯<br>ねぎ塩チキン<br>彩りきんぴら<br>春雨サラダ<br>中華スープ（もやし）<br>エクレア<br>リンゴジュース |
| 3時おやつ | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 朝食 | ミルク<br>コーヒー<br>フルーツカクテル<br>食パン<br>はちみつプンプン | ミルク<br>コーヒー<br>黄桃缶<br>食パン<br>メープルワッサン | ミルク<br>コーヒー<br>みかん缶<br>食パン | 牛乳<br>コーヒー<br>洋梨缶<br>食パン<br>ショコラツイスト | 牛乳<br>コーヒー<br>黄桃缶<br>食パン<br>りんりんりんご | 牛乳<br>コーヒー<br>マンゴー缶<br>食パン<br>メロンパン | 牛乳<br>コーヒー<br>白桃缶<br>食パン<br>黒糖ツイスト |
| 昼食 | ご飯<br>さわらの梅香焼き<br>大根とあさりの煮物<br>１０品目サラダ<br>味噌汁（うすあげ） | ご飯<br>A/さけのバター醤油煮<br>B/鶏じゃが<br>茄子のピリ辛炒め<br>小松菜のしその実和え<br>味噌汁（玉ねぎ） | ご飯<br>ビーフシチューコロッケ<br>ミートオムレツ<br>ブロッコリーサラダ<br>コンソメスープ（コーン） | ご飯（110g）<br>煮干しラーメン<br>温野菜サラダ<br>ぶどうムース | ご飯<br>さばの照り煮<br>切干大根の煮物<br>ほうれん草の柚子和え<br>清汁（かまぼこ） | ご飯<br>A/豚キムチ<br>B/さわらのねぎソースかけ<br>じゃが芋の白煮<br>ミックスサラダ<br>生姜スープ（椎茸） | ご飯<br>牛肉と筍の炒め物<br>揚げ出し茄子<br>胡瓜とわかめの酢の物<br>味噌汁（南瓜） |
| 夕食 | ご飯<br>豚肉の生姜炒め<br>ピーマンの味噌炒め<br>胡瓜の酢の物<br>清汁（そうめん）<br>オレンジジュース | ご飯<br>麻婆豆腐<br>ビーフン炒め<br>3色ナムル<br>中華スープ（えのき）<br>チョコチップ蒸しケーキ<br>ぶどうジュース | ご飯<br>めばるのポン酢かけ<br>きんぴら蓮根風<br>春菊のごまよごし<br>味噌汁（さつま芋）<br>やさいゼリー<br>やさいゼリー | ご飯<br>焼き肉風炒め<br>白いんげん豆の甘煮<br>青梗菜のぬた和え<br>清汁（とろろ昆布）<br>パウンドケーキ<br>リンゴジュース | ご飯<br>親子煮<br>ピーマンとじゃこの炒め物<br>白菜のお浸し<br>味噌汁（もやし）<br>酒まんじゅう<br>オレンジジュース | ご飯<br>たらのホワイトソースかけ<br>トマトビーンズ<br>おくらの青しそ和え<br>コンソメスープ（しめじ）<br>今川焼（小倉）<br>ぶどうジュース | ご飯<br>あじの西京焼き<br>ひじき入り炒りどうふ<br>青梗菜の沢庵和え<br>清汁（そうめん）<br>カスタードケーキ<br>オレンジジュース |
| 3時おやつ | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 朝食 | ミルク<br>コーヒー<br>フルーツカクテル<br>食パン<br>カスタードロール | ミルク<br>コーヒー<br>黄桃缶<br>食パン<br>なつかし～あんぱん | ミルク<br>コーヒー<br>みかん缶<br>食パン | 牛乳<br>コーヒー<br>洋梨缶<br>食パン<br>ミルクツイスト | 牛乳<br>コーヒー<br>黄桃缶<br>食パン<br>黒糖ロール | 牛乳<br>コーヒー<br>マンゴー缶<br>食パン<br>カスタードクリームパン | 牛乳<br>コーヒー<br>白桃缶<br>食パン<br>ショコラロール |
| 昼食 | ご飯<br>白身魚のパン粉焼き<br>スクランブルエッグ<br>菜の花のイタリアンサラダ<br>コンソメスープ（じゃが芋） | ＊<br>チキンカレー<br>海藻サラダ<br>福神漬 | ＊冬至＊<br>ゆかり御飯（110g）<br>柚子そぼろあんかけうどん<br>南瓜の含め煮<br>ほうれん草の白和え | ご飯<br>A/あじのチリソースかけ<br>B/豚肉の香味炒め<br>じゃが芋の青のり炒め<br>胡瓜の中華和え<br>春雨スープ | ＊クリスマスイブ＊<br>ライス<br>ミラノ風チキンカツ<br>ブロッコリーとツナのソテー<br>マカロニサラダ<br>オニオンスープ | ＊クリスマス＊<br>ライス<br>煮込みハンバーグ<br>野菜のコンソメ煮<br>グリーンサラダ<br>コーンポタージュ | ご飯<br>八宝菜<br>春雨の塩だれ炒め<br>切干大根とツナのサラダ<br>わかめスープ |
| 夕食 | ご飯<br>豚肉のスタミナ炒め<br>さつま芋の甘煮<br>キャベツと干しエビの和え物<br>味噌汁（ごぼう）<br>ぶどうジュース | ご飯<br>魚介の中華炒め<br>大豆と昆布の含め煮<br>ごぼうサラダ<br>中華スープ（椎茸）<br>コーヒーゼリー<br>コーヒーゼリー | ご飯<br>ホッケの磯辺焼き<br>茄子のおかか煮<br>畑菜の和風和え<br>味噌汁（うず巻麸）<br>カステラ<br>リンゴジュース | ご飯<br>肉団子のやわらか煮<br>ふろふき大根<br>しろ菜のわさびマヨ和え<br>清汁（かまぼこ）<br>味噌まんじゅう<br>オレンジジュース | ご飯<br>メバルの煮付<br>冬瓜とおあげの煮浸し<br>白菜の浅漬け<br>味噌汁（ごぼう）<br>ロールケーキ（バニラ）<br>ぶどうジュース | ご飯<br>さけのちゃんちゃん焼き<br>さつま芋のごま煮<br>三度豆の梅肉和え<br>清汁（そうめん）<br>しっとりケーキ（マーブル）<br>リンゴジュース | ご飯<br>一銭焼風卵焼き<br>里芋のきのこあんかけ<br>小松菜のお浸し<br>味噌汁（もやし）<br>ヨーグルト（プレーン）<br>ヨーグルト（プレーン） |
| 3時おやつ | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |
| 朝食 | ミルク<br>コーヒー<br>フルーツカクテル<br>食パン<br>メロンパン | ミルク<br>コーヒー<br>黄桃缶<br>食パン<br>レーズンドッグ | ミルク<br>コーヒー<br>みかん缶<br>食パン | 牛乳<br>コーヒー<br>洋梨缶<br>食パン<br>ショコラツイスト | 牛乳<br>コーヒー<br>黄桃缶<br>食パン<br>カスタードロール | | |
| 昼食 | ご飯<br>赤魚の生姜焼き<br>うの花炒り煮<br>春菊のさっぱり和え<br>味噌汁（南瓜） | ご飯<br>牛肉のしぐれ煮<br>茄子の炒め物<br>ほうれん草のお浸し<br>味噌汁（玉ねぎ） | ご飯<br>あじフライ<br>だし巻き卵<br>ブロッコリーとかにかまの和え物<br>味噌汁（じゃが芋） | ご飯<br>麻婆茄子<br>海老シューマイ<br>春菊のナムル<br>中華スープ（えのき） | ご飯<br>おでん<br>青梗菜のしば和え<br>味噌汁（ごぼう） | | |
| 夕食 | ご飯<br>鶏肉のトマト煮<br>スパゲティーのガーリックソテー<br>カリフラワーサラダ<br>コンソメスープ（コーン）<br>ぶどうジュース<br>ぶどうジュース | ご飯<br>さわらの山椒焼き<br>冬瓜のそぼろ煮<br>胡瓜ののり酢和え<br>清汁（豆腐）<br>チョコワッフル<br>リンゴジュース | ご飯<br>鶏肉の利休焼き<br>えび豆<br>しろ菜の柚子ドレ和え<br>清汁（かまぼこ）<br>柚子まんじゅう<br>オレンジジュース | ご飯<br>白身魚のムニエル<br>カラフルピーマンソテー<br>南瓜サラダ<br>コンソメスープ（椎茸）<br>ドームケーキ（カスタード）<br>ぶどうジュース | ＊大晦日＊<br>菜飯（110g）<br>年越しそば<br>おくらの生姜和え<br>ぶどうゼリー<br>瀬戸内レモン蒸しケーキ<br>リンゴジュース | | |
| 3時おやつ | | | | | | | |