

# 12月 こんだてひょう

月	火	水	木	金
2	3	4	5 もちつき	6
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 麦ごはん</li> <li>・ 鮭のおろしあんかけ</li> <li>・ いんげんとベーコンの炒め煮</li> <li>・ 白菜の中華風サラダ</li> <li>・ みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 麦ごはん</li> <li>・ 里芋みそグラタン</li> <li>・ 切り干大根のソテー</li> <li>・ おひたし</li> <li>・ みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 野菜ベーコンラーメン</li> <li>・ 高野豆腐のトマト煮</li> <li>・ きんぴらごぼう</li> <li>・ さつまいものゴマ和え</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 中華丼</li> <li>・ ブロッコリーのそばろあんかけ</li> <li>・ 和風サラダ</li> </ul>	<p>お弁当</p> 
さつまいもの焼き コロケ	あんまん	中華風おこわ	♡おもち	クッキー
9	10☆クリスマス会	11	12	13☆誕生会
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 麦ごはん</li> <li>・ 鶏肉と根菜煮</li> <li>・ じゃがいものしょうが焼き風</li> <li>・ ほうれん草のじゃこサラダ</li> <li>・ みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ピラフ</li> <li>・ ミートローフ</li> <li>・ サツマイモのジャーマンポテト</li> <li>・ リンゴサラダ</li> <li>・ ミネストローネ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 麦ごはん</li> <li>・ サバのカレー焼き</li> <li>・ カリフラワーのコンクリーム煮</li> <li>・ キャベツの塩昆布和え</li> <li>・ みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 麦ごはん</li> <li>・ 芋子煮</li> <li>・ チンゲンサイの炒め物</li> <li>・ 切干大根の和え物</li> <li>・ しじみ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ほうれん草カレー</li> <li>・ 鮭のねぎみそ焼き</li> <li>・ 人参ときのこ煮</li> <li>・ コロコロサラダ</li> </ul>
マカロニきなこ	フルーツポンチ	ほうれん草クッキー	豆乳みかんゼリー	おでん
16	17	18	19	20 冬至
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 五穀ごはん</li> <li>・ イワシの揚げ団子</li> <li>・ キャベツとベーコンのソテー</li> <li>・ レンコンとひじきのサラダ</li> <li>・ すまし汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ パン</li> <li>・ 大根と豚肉のトマト煮込み</li> <li>・ 里芋のコンソメ炒め</li> <li>・ 酢の物</li> <li>・ スープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 麦ごはん</li> <li>・ 厚揚げの洋風煮</li> <li>・ かぼちゃとパプリカのソテー</li> <li>・ 小松菜の和え物</li> <li>・ みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ゆかりごはん</li> <li>・ マーボー大豆</li> <li>・ カブのコンソメ煮</li> <li>・ 人参とツナのサラダ</li> <li>・ みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ けんちんうどん</li> <li>・ ぶりの照り焼き</li> <li>・ かぼちゃのえびあんかけ</li> <li>・ 白和え</li> </ul>
さつまいもココア ケーキ	ポテトもち	クリスマス ケーキ	レンコンチヂミ	ウインナーとコーン おにぎり
23	24	25	26	27
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 麦ごはん</li> <li>・ サワラの野菜あんかけ</li> <li>・ 里芋とイカの煮物</li> <li>・ 納豆サラダ</li> <li>・ みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 麦ごはん</li> <li>・ 厚揚げのしそみそチーズ焼き</li> <li>・ さつまいもとツナのレモン煮</li> <li>・ 白菜のおかか和え</li> <li>・ のっぺい汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 大根じゃこごはん</li> <li>・ 牛肉とごぼうのしくれ煮風</li> <li>・ 長芋とわかめ炒め</li> <li>・ かぼちゃとツナのサラダ</li> <li>・ みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食べてみそパスタ</li> <li>・ 鮭とレンコンの南蛮漬</li> <li>・ カリフラワーのゆかり和え</li> <li>・ スープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ アイガモ米ごはん</li> <li>・ 白菜と豚肉のみそ煮</li> <li>・ 里芋じゃこチーズ</li> <li>・ わかめのサラダ</li> <li>・ みそ汁</li> </ul>
はちみつゴマトースト	クリームチーズ スコーン	ベーコンマフィン	ツナ昆布おにぎり	かぼちゃドーナツ

※ 毎日食事にはフルーツが付きます。  
※ 魚は変更になることがあります。

※ おやつの中には牛乳またはお茶を飲みます。  
※ ♡の日はおも組は別のおやつを出す場合があります。

