



がっ こんだて ひょう
12月の献立表



日	月	火	水	木	金	土	
						1 ぎゅうべん 牛丼 おくらおろし なす あ に 茄子揚げ煮 あか 赤だし 799kcal	2 休園日
3	4	5	6	7	8	9	
休園日	ごはん ぶたにく たまご 豚肉とうずら卵の煮もの はくさいとしらすの酢のもの ごといも に 里芋の煮ころがし みそ汁 782kcal	人気投票No.1メニュー とり しお 鶏塩ラーメン おんせん たまご 温泉玉子 じゃがいもの甘辛炒め おにぎり 857kcal	バターチキンカレー & ライス れんこんサラダ オニオンスープ フルーツ(みかん) 883kcal	ごはん こ やき たらのパン粉焼 ひじきサラダ さつまいものレモン煮 すまし汁 799kcal	ごはん ポークピカタ しんじく 春菊のごまあえ 切干大根の煮もの みそ汁 802kcal	休園日	
10	11	12	13	14	15	16	
休園日	ごはん たまご とんかつ玉子とじ マカロニサラダ だいこん せんがく 大根田楽 すまし汁 780kcal	ごはん ロールキャベツ ふゆ やさい 冬野菜のマリネ コロッケ だいこん 大根スープ 896kcal	ごはん なんばん チキン南蛮 ブロッコリーのピーナツあえ もやし炒め みそ汁 813kcal	ごはん ぶたにく 豚肉とキャベツの味噌炒め おくらとなめ茸の梅おかかあえ 中華スープ ちゅうか デザート(杏仁豆腐) 758kcal	ごはん あんこうの野菜あんかけ もずく酢 きんぴらごぼう そうめん入り すまし汁 691kcal	休園日	
17	18	19	20	21	22	23	
休園日	ごはん ゆう あん やき さばの柚庵焼 しらあ 白和え くら めん ちくわの黒ごま天ぷら みそ汁 869kcal	ごはん ぶた 酢豚 ちんげんさい 青梗菜のナムル はるごめ から いた 春雨ピリ辛炒め ちゅうか 中華スープ 784kcal	ごはん いく そぼろ肉じゃが マブク 手作り たまご とうふ 玉子豆腐 やさい てん 野菜の天ぷら あか 赤だし 831kcal	とりにく ごといも 鶏肉と里芋の炊き込みごはん さくな ひた 菊菜お浸し ぶたにく やながわ ふう に 豚肉の柳川風煮 かきたま汁 758kcal	ほうとう風うどん ホタテフライ おにぎり フルーツ(りんご) 706kcal	クリスマス会(港)	
24	25	26	27	28	29	30	
休日開所日(港第二)	ごはん 《セレクトメニュー》 A フライドチキン ぶたにく やき B 豚肉のしょうが焼 おくらのおかかあえ コンソメスープ デザート(いちごプリン) 836kcal	ごはん さんしょ め やき ぶりの山椒照り焼 ながいも たんざく 長芋短冊 ま たまご だし巻き玉子 みそ汁 776kcal	みなと まる 港の丸パン わふう どうにゅう 和風豆乳 クリームシチュー 《サラダバイキング》 ぎゅうにゅう 牛乳 720kcal	港第二 忘年会 てん 天ぷらそば めかぶのわさびあえ とりにく あつ に 鶏肉と厚あげの煮もの おにぎり 742kcal	とうき きゅうえん 冬季休園 がっ にち 1月3日まで	30	
31							

※下にエネルギー量を表示しています。