

12月

# もいつけ表



9日(火) 「郷土料理の献立」  
11日(木) 「風邪予防の献立」  
22日(月) 「冬至の献立」



B

|                                                                                        |                                                                                      |                                                                                                                |                                                                                                                       |                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1日(月)</p> <p>みかん</p> <p>ふくらぎと大根の煮込み</p> <p>ごはん</p> <p>きのこ汁</p>                      | <p>2日(火)</p> <p>しじもフライ(2尾)<br/>江戸っ子煮</p> <p>ごはん</p> <p>塩ちゃんこ鍋</p>                    | <p>3日(水)</p> <p>寄せ煮<br/>もやしのだし鍋</p> <p>ごはん</p> <p>韓国産肉じゃが</p>                                                  | <p>4日(木)</p> <p>オムレツ<br/>あさりとペンネのトマトソース</p> <p>ミルクロール</p> <p>豚肉とからしのクリーム煮</p>                                         | <p>5日(金)</p> <p>魚(ホッケ)のみそ焼き<br/>わかめの酢の物</p> <p>ごはん</p> <p>大根のそぼろ煮</p>                                  |
| <p>8日(月)</p> <p>豚肉のオイスターソースがけ<br/>キャベツと塩昆布の中巻和え</p> <p>ごはん</p> <p>トックと鶏のスープ</p>        | <p>9日(火)</p> <p>郷土料理の献立</p> <p>甘えびの貝定煮(1尾)<br/>高野豆腐の煮物</p> <p>わかめごはん</p> <p>めった汁</p> | <p>10日(水)</p> <p>月を<br/>ごはんにかけて<br/>食べます</p> <p>ひじき入り<br/>ギョーザ(2個)</p> <p>中華どんぶり<br/>(ごはん)</p> <p>ごまひんきスープ</p> | <p>11日(木)</p> <p>風邪予防の献立</p> <p>いちご<br/>ジャム</p> <p>豚肉のレモンジャンジャンソース<br/>ブロッコリーとチーズのサラダ</p> <p>ミルクロール</p> <p>ねぎのスープ</p> | <p>12日(金)</p> <p>魚(サバ)のコーンフレーク揚げ<br/>磯辺和え</p> <p>ごはん</p> <p>打ち込み汁</p>                                  |
| <p>15日(月)</p> <p>照り焼きハンバーグ<br/>ごぼうのサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>白菜とじゃがいものみそ汁</p>              | <p>16日(火)</p> <p>みかん</p> <p>ひじきと大豆の佃煮</p> <p>ごはん</p> <p>串揚げの卵とじ</p>                  | <p>17日(水)</p> <p>加賀れんこんシューマイ(2個)<br/>パンパンドナー</p> <p>ごはん</p> <p>納豆豆腐</p>                                        | <p>18日(木)</p> <p>フルーツヨーグルト和え</p> <p>ミルクロール</p> <p>ハーブチキン</p> <p>冬野菜のスープ煮</p>                                          | <p>19日(金)</p> <p>星を<br/>ごはんにかけて<br/>食べます</p> <p>野菜のきんぴら</p> <p>いなりちらしめし<br/>(ずしごはん)</p> <p>豆腐団子汁</p>   |
| <p>22日(月)</p> <p>冬至の献立</p> <p>魚(赤魚)のゆず香辛ソース<br/>かぼちゃのいこ煮</p> <p>ごはん</p> <p>みそけんちん汁</p> | <p>23日(火)</p> <p>ワインナー(2本)<br/>大根とツナのサラダ</p> <p>麦ごはん</p> <p>カレーライス</p>               | <p>24日(水)</p> <p>野菜入りの鶏焼き<br/>はりはり漬け</p> <p>ごはん</p> <p>肉豆腐</p>                                                 | <p>25日(木)</p> <p>デザート</p> <p>スパイスソースチキン<br/>カラフルサラダ</p> <p>ミルクロール</p> <p>あさりと根菜の<br/>米粉チャウダー</p>                      | <p>22日(月)</p> <p>冬至の献立</p> <p>星を<br/>ごはんにかけて<br/>食べます</p> <p>22日(月)</p> <p>星を<br/>ごはんにかけて<br/>食べます</p> |

