



予定献立表



あすなろ(多機能・生活介護)

	12月1日(月)	12月2日(火)	12月3日(水)	12月4日(木)	12月5日(金)	12月6日(土)	
昼食	赤飯 鶏肉と野菜の焼き鳥風 小芋の土佐煮 大根の梅サラダ 味噌汁 乳酸菌飲料	キーマカレー シーザーサラダ 福神漬け ブルーベリーヨーグルト フルーツ	みぞれうどん 南瓜の煮物 白菜の柚子和え フルーツ盛り合わせ	ご飯 鶏肉の治部煮 キャベツのゆかり和え 味噌汁 フルーツ盛り合わせ	ご飯 白身魚のフライ&エビフライ 大根とじゃこの胡麻炒め 味噌汁 フルーツ盛り合わせ	木の葉丼 かぶらのくず煮 菜の花のおかか和え すまし汁 グレープゼリー	
カロリー	624Kcal	578Kcal	480Kcal	543Kcal	587Kcal	579Kcal	
	12月7日(日)	12月8日(月)	12月9日(火)	12月10日(水)	12月11日(木)	12月12日(金)	
昼食	ご飯 赤魚のきのこあんかけ 豆腐がんもの煮物 和風サラダ 味噌汁 プリン	★福島ご当地メニュー 喜多方ラーメン みそかんぶら インゲンの白和え フルーツ盛り合わせ	ご飯 クリームシチュー コロッケ しろ菜のお浸し フルーツ盛り合わせ	実演食 にぎり寿司 	坦々うどん 冬瓜の含め煮 ブロッコリーサラダ コーヒーゼリー フルーツ	散らし寿司 大根のそぼろ煮 小松菜のお浸し 赤だし 抹茶ようかん	ご飯 鶏肉のラタトゥイユ風 パンキンサラダ マカロニスープ フルーツ盛り合わせ
カロリー	528Kcal	454Kcal	675Kcal	569Kcal	592Kcal	613Kcal	
	12月14日(日)	12月15日(月)	12月16日(火)	12月17日(水)	12月18日(木)	12月19日(金)	
昼食	ご飯 すき焼き風コロッケ 湯豆腐 菜の花のみそ和え すまし汁 ヨーグルト	ご飯 肉団子の甘酢あん シュウマイ からし菜の和え物 玉子スープ 乳酸菌飲料	カルボナーラうどん 野菜炒め フラワーサラダ コンソメスープ フルーツ盛り合わせ	ご飯 タンドリーチキン アラビアータ 和風サラダ コンソメスープ 練りようかん	ご飯 筑前煮 ビーマン味噌炒め すまし汁 フルーツ盛り合わせ	★冬至 豚汁うどん 南瓜のいとこ煮 白菜のちりめん和え フルーツ盛り合わせ	ご飯 白身魚の菜種焼き ツナ和風サラダ コンソメスープ フルーツ盛り合わせ
カロリー	586Kcal	670Kcal	507Kcal	639Kcal	560Kcal	531Kcal	
	12月21日(日)	12月22日(月)	12月23日(火)	12月24日(水)	12月25日(木)	12月26日(金)	
昼食	ご飯 ミンチカツ 金平れんこん さつまいものおかか和え 味噌汁 コーヒーゼリー	ポークカレー ミモザサラダ 福神漬け いちごヨーグルト フルーツ盛り合わせ	塩ラーメン 蒸し餃子 ほうれん草のナムル ぶどうゼリー フルーツ	★クリスマスメニュー オムライス チキンレッグ ポテトサラダ コーンポタージュ フルーツ クリスマスケーキ	散らし寿司 厚揚げ生姜炒め 赤だし フルーツ盛り合わせ	ご飯 豆腐のおろしあんかけ 竹輪の磯辺揚げ 茄子の辛子醤油和え 味噌汁 乳酸菌飲料	ご飯 ポークビーンズ 青菜と竹輪の和え物 コンソメスープ フルーツ盛り合わせ
カロリー	727Kcal	722Kcal	601Kcal	1144Kcal	571Kcal	673Kcal	
	12月28日(月)	12月29日(火)	12月30日(水)	12月31日(木)			
昼食	ご飯 鯖の西京焼き 厚揚げとエビの炒め物 キャベツの塩昆布和え すまし汁 プリン	ご飯 鶏肉のネギマヨ焼き じゃこ炒め 胡麻ドレ豆腐 味噌汁 フルーチェ	ご飯 鯛の蒲焼き ひじきと大豆の煮物 味噌汁 りんごゼリー フルーツ	★大晦日 年越しそば 筑前煮 白菜の土佐和え グレープゼリー フルーツ			
カロリー	611Kcal	601Kcal	638Kcal	583Kcal			

* 献立は発注の関係上、変更する場合がありますのでご了承ください