

日曜日	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	12月20日 土	12月21日 日
 朝食	照焼き肉団子 ほうれん草とマカロニのクリーム煮 根菜サラダ 生野菜サラダ・汁物・牛乳	絹揚げ豆腐の卵とじ ベーコン きんぴらレンコン 生野菜サラダ・汁物・牛乳	ウィンナー 白菜とチャーシューの炒め ヨーグルト 生野菜サラダ・汁物・牛乳	野菜のスクランブルエッグ ひじき煮 ポテトフライ 生野菜サラダ・汁物・牛乳	ハンバーグ 人参のナムル コーンフレーク 生野菜サラダ・汁物・牛乳	温泉玉子 厚揚げとキャベツの味噌炒め 肉じゃが 生野菜サラダ・汁物・牛乳	かぼちゃコロッケ ポテトサラダ もずく酢 生野菜サラダ・汁物・牛乳
	A ご飯	A ご飯	A ご飯	A ご飯	A ご飯	A ご飯	A ご飯
	B パン・ジャム・マーガリン	B パン・ジャム・マーガリン	B パン・ジャム・マーガリン	B パン・ジャム・マーガリン	B パン・ジャム・マーガリン	B パン・ジャム・マーガリン	B パン・ジャム・マーガリン
	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン
 昼食	チキンカツ 小松菜のお浸し オレンジゼリー 生野菜サラダ ご飯・汁物	グリルチキン サルサソース きゅうりの生姜醤油 マンゴーケーキ 生野菜サラダ ご飯・汁物	鶏肉の生姜焼き ブロッコリーのナムル 抹茶プチシュー 生野菜サラダ ご飯・汁物	【和歌山】魚の梅味噌焼き こんにゃくと野菜の煮物 水餅 生野菜サラダ ご飯・汁物	 ほうとう 春巻 プリン 生野菜サラダ ご飯・汁物	鶏肉きんぴら ミックスサラダ ワッフル 生野菜サラダ ご飯・汁物	チキンのツナマヨ焼き さつま芋のはちみつバター風味 ピーチサンド 生野菜サラダ ご飯・汁物
	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン
	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン
	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン
 夕食	イタリアン ハンバーグステーキ キャベツのゆず和え パイン 生野菜サラダ ご飯・汁物	豚のピリ辛甘味噌炒め カリフラワーのコンソメ煮 三色寒天 生野菜サラダ ご飯・汁物	ポークデミシチュー 五目豆 バニラケーキ 生野菜サラダ ご飯・汁物	根菜のポトフ ブロッコリーのカレーマヨ和え フルーツみつ豆 生野菜サラダ ご飯・汁物	鶏肉の漬け焼き 青梗菜ともやしのナムル カスタードプチシュー 生野菜サラダ ご飯・汁物	豚とチンゲン菜の 塩レモン炒め 味噌ポテト ナタデココフルーツ 生野菜サラダ ご飯・汁物	豚と筍の玉子炒め 胡瓜とカリフラワーの梅和え 麩菓子 生野菜サラダ ご飯・汁物
	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン
	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン
	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン	栄養価 Aご飯 Bパン