

令和7年 献立表



月曜
1

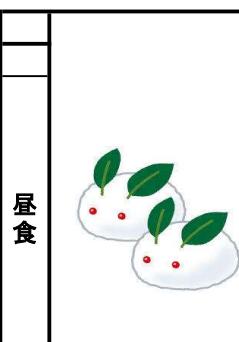
火曜
2

水曜
3

木曜
4

金曜
5

土曜
6



昼食

赤飯
のっつい汁
魚の辛味煮
ほうれん草の
ナツツ味噌和え
胡瓜の梅和え
おろしりんご



533Kcal

白あんぱん

470Kcal

パパロア

米飯
澄まし汁
鶏肉の
つくね焼き
ピーナツ和え
野沢菜
フルーツ
ヨーグルト

382Kcal

蒸しあんぱん

味噌豚丼
野菜スープ
山芋の梅肉和え
フルーツ
コンポート

608Kcal

焼き南瓜

米飯
味噌汁
ポークチャップ
梅マヨネーズ
サラダ
さくら漬け
牛乳かん
フルーツソース

633Kcal

バナナケーキ

米飯
五目とろろ汁
麻婆なす
土佐酢和え
しば漬け
甘夏ゼリー



おやつ

昼食

米飯
味噌汁
鶏肉の五目蒸し
ほうれん草と
トマトのサラダ
なら漬け
豆乳ヨーグルト



538Kcal

パン

コーンクリーム
スープ

デミグラス
ハンバーグ

キーパツと
ツナの和え物

バナナ

米飯
ちゃんこ鍋
さくら漬け
みかんゼリー



米飯
すき焼き
高菜漬け
フルーツゼリー



米飯
澄まし汁
魚の蒸し
あんかけ
春雨サラダ
昆布の佃煮
みかん
ヨーグルト

いなり寿司
親子にゅうめん
天ぷらと
ひじきの煮物
甘酢しょうが
フルーツ
コンポート

牛丼
澄まし汁
南瓜サラダ
豆乳ヨーグルト

おやつ

昼食

米飯
けんちん汁
回鍋肉
胡瓜と炒り卵の
サラダ
しば漬け
甘夏ゼリー



538Kcal

くず餅

抹茶
テリースケーキ

赤飯
澄まし汁
豚バラと
大根の煮物
しょうが風味
サラダ

なら漬け
牛乳かん
フルーツソース

カレーライス
コンソメスープ
キーパツと
ささみの胡麻和え
福神漬け
バナナ

ロールパン
野菜コンソメ
スープ



米飯
味噌汁
豚肉の生姜焼き
酢ぬた
胡瓜の醤油漬け
フルーツ
コンポート

米飯
豚汁
焼き塩鶏
ほうれん草の
お浸し

野菜スープ
鶏肉の松風焼き
胡瓜とカニカマの
和え物
さくら漬け
みかんゼリー

おやつ

昼食

米飯
中華丼
かき卵汁
ピーナツ和え
豆乳ヨーグルト



563Kcal

焼き南瓜

青りんごゼリー

おにぎり
きつねうどん
南瓜の煮物
大根の漬物
バナナ

米飯
中華卵スープ
牛肉と大根の
オイスター煮込み
スパゲティー
サラダ



米飯
味噌汁
鶏肉の五目蒸し
ひじき入り
和風サラダ

たくあんの
かくや

米飯
澄まし汁
和風ハンバーグ
ほうれん草の
胡麻醤油

つぼ漬け
白桃とみかん

大豆入り
炊き込み御飯
白菜汁
じゃが芋の
カレー炒め
春雨サラダ
フルーツゼリー

おやつ

昼食

中華丼
かき卵汁
ピーナツ和え
豆乳ヨーグルト



422Kcal

ミニたいやき

カップケーキ

米飯
中華卵スープ
牛肉と大根の
オイスター煮込み
スパゲティー
サラダ

オムライス
コーンクリーム
スープ



米飯
味噌汁
鶏肉の五目蒸し
ひじき入り
和風サラダ

たくあんの
かくや

米飯
澄まし汁
和風ハンバーグ
ほうれん草の
胡麻醤油

つぼ漬け
白桃とみかん

大豆入り
炊き込み御飯
白菜汁
じゃが芋の
カレー炒め
春雨サラダ
フルーツゼリー

おやつ

昼食

米飯
味噌汁
豚肉となすの
炒め物
天ぶらとひじきの
煮物



502Kcal

昆布の佃煮
おろしりんご

親子丼
雷汁

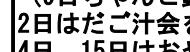
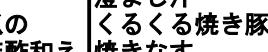
竹輪と胡瓜の
胡麻酢和え

フルーツ
コンポート

澄まし汁
くるくる焼き豚
焼きなす
野沢菜
甘夏ゼリー

米飯
味噌汁
肉じゃが
キーパツと
カニカマの和え物

高菜漬け
バナナ



12月9日（火）、10日（水）は忘年会を予定しています。
(9日ちゃんこ鍋、10日すき焼き)

2日はだご汁会を予定しています。

4日、15日はおやつ作りで《焼き南瓜》

予定しています。

24日はクリスマスマニューレを予定

しています。

27口け餅つきを予定しています。



おやつ

昼食

米飯
味噌汁
魚の辛味煮
ほうれん草の
ナツツ味噌和え
胡瓜の梅和え
おろしりんご



502Kcal

あんぱん

あんぱん

みたらし
豆腐団子

あべかわ寒天

おやつ