

12月献立表



現場：通所リハビリテーションひかり
 献立種類：常食（個別献立）
 期間：2017/12/1～2017/12/29

	月	火	水	木	金
					1
屋食					ごはん 酢鶏 レンコンの炒め煮 青梗菜の中華和え 中華スープ エネルギー 580kcal
	4	5	6	7	8
屋食	ごはん スパニッシュオムレツ ブロッコリーかにあんかけ フルーツサラダ コンソメスープ エネルギー 558kcal	ポークカレー グリーンサラダ コンソメスープ オレンジ エネルギー 584kcal	ごはん たらへの揚げ出し風 厚揚げの味噌炒め 小松菜のごま和え 清汁 エネルギー 555kcal	ごはん 鱈の生姜煮 大根のえびあんかけ 白菜と昆布の甘酢漬け 味噌汁 エネルギー 552kcal	ごはん 鶏肉のパン粉焼き キャベツと油揚げの炒め物 ごぼうサラダ 味噌汁 エネルギー 577kcal
	11	12	13	14	15
屋食	ごはん 八宝菜 蒸しシューマイ 野菜サラダ わかめスープ エネルギー 559kcal	 ごはん 白身魚の磯辺揚げ ブロッコリーの吉野煮 酢みそ和え 清汁 エネルギー 585kcal	豚丼 れん根の青のり炒め 白菜のポン酢和え 味噌汁 パイン缶 エネルギー 594kcal	ごはん 鶏肉の香味焼き なすの揚げ浸し ほうれん草のごま和え 味噌汁 エネルギー 557kcal	ごはん 鮭のムニエル ピーマンとじゃこのソテー ポテトサラダ コンソメスープ エネルギー 621kcal
	18	19	20	21	22
屋食	ごはん 魚のしそ風味揚げ チンゲン菜の煮浸し 大根サラダ 味噌汁 エネルギー 569kcal	ごはん 鶏肉のごまだれ焼き 田楽 白菜のなめ茸和 清汁 エネルギー 554kcal	ごはん 鮭のクリームシチュー 法蓮草のソテー 海藻サラダ りんご エネルギー 592kcal	* 今月の逸品 * ゆず香るキャベツラーメン 春巻 小松菜の梅肉和え フルーツポンチ エネルギー 566kcal	* * 冬至 * * ごはん 豚肉の生姜焼き 南瓜いとこ煮 もやしのおかか和え なめこ汁 エネルギー 612kcal
	25	26	27	28	29
屋食	 ★★クリスマス★★ ピラフ ハンバーグステーキ コンソメスープ いちごババロア エネルギー 613kcal	ごはん 鯖の塩焼き 炊き合わせ キャベツの甘酢和え 味噌汁 エネルギー 575kcal	ごはん 鶏肉のピカタ さつま芋のレーズン煮 グリーンサラダ コンソメスープ エネルギー 588kcal	ごはん 豚肉となすの味噌炒め エビの玉子とじ きのこのおろし和え 清汁 エネルギー 563kcal	年越しそば 豆腐のかにあんかけ 里芋の柚子味噌煮 フルーツ寒天 エネルギー 553kcal

*材料の仕入れの都合により、献立が一部変更になることがあります。株式会社 魚国総本社