

12月 献立カレンダー後半



日	土	金	木	水	火	月
12月15日						
納豆ごはん 豆腐の和風野菜あん 切干大根とごぼうのサラダ みぞ汁	<p>クリスマスツリーが きれいですね～</p> <p>タイヘイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>					<p>ケチャップライス チキンマカロニグラタン風 スープ フルーツ(りんご)</p>
Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 319/140/9.6/432/0.7	12月22日	12月20日	12月19日	12月18日	12月17日	12月16日
ご飯 カラスカレイのムニエル 鶏レバーの甘辛炒め すまし汁 ヨーグルト	豚肉の甘辛丼 小松菜と人参の和え物 みぞ汁	カレーうどん ●冬至かぼちゃ フルーツ(バナナ)	ご飯 白糸タラのパン粉焼き 炒りから みぞ汁 フルーツ(おかん)	葉分強化!ふいかけご飯 ポークヒーンズ 春雨のソテー スープ	ご飯 秋鮭のバター醤油焼き 豚肉とキャベツのおかか和え みぞ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 ケチャップライス チキンマカロニグラタン風 スープ フルーツ(りんご)
Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 297/151/6.3/424/0.6	Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 240/100/4.9/371/0.6	Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 262/81/5.2/456/1.9	Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 276/114/5.2/442/0.6	Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 313/122/8.0/463/0.9	Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 273/146/5.8/383/0.6	Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 293/106/6.9/461/0.6
12月29日	12月28日	12月27日	12月26日	12月25日	12月24日	12月23日
納豆ごはん 豆腐の和風野菜あん 切干大根とごぼうのサラダ みぞ汁	ご飯 肉じゃが フロッキーと大豆のごまサラダ みぞ汁	ハヤシライス ほうれん草とトマトのサラダ フルーツ(りんご)	葉分強化!ふいかけご飯 助産タラの甘酢漬け 小松菜と鶏肉のバターソテー みぞ汁 フルーツ(オレンジ)	ツナコンビーフ ●ローストチキン ●雷だまきボロソテー スープ フルーツ(りんご)	ご飯 キャベツと豚ひき肉のみぞ炒め ひじきの炒り煮 すまし汁	ナポリタン 白菜のツナサラダ スープ
Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 319/140/9.6/432/0.7	Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 298/129/8.1/426/0.8	Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 268/76/5.5/455/0.9	Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 278/126/7.0/396/0.7	Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 315/111/8.8/469/0.7	Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 282/105/9.0/389/0.7	Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 263/110/9.4/321/0.7
12月30日						
ケチャップライス チキンマカロニグラタン風 スープ フルーツ(洋梨)	<p>クリスマスツリーが きれいですね～</p> <p>タイヘイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>					<p>ケチャップライス チキンマカロニグラタン風 スープ フルーツ(洋梨)</p>
Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 299/106/6.8/472/0.6	<p>クリスマスツリーが きれいですね～</p> <p>タイヘイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>					<p>ケチャップライス チキンマカロニグラタン風 スープ フルーツ(洋梨)</p>
Kcal/928/70 脂質0g/炭水化物0g/塩分0g 276/145/5.8/389/0.6	<p>クリスマスツリーが きれいですね～</p> <p>タイヘイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>					<p>ケチャップライス チキンマカロニグラタン風 スープ フルーツ(洋梨)</p>

※都合により、献立を変更する場合がございます。