

## 常食(A)

	令和07年12月21日(日)	令和07年12月22日(月)	令和07年12月23日(火)	令和07年12月24日(水)	令和07年12月25日(木)	令和07年12月26日(金)	令和07年12月27日(土)
<b>朝</b>	ワッサン (冷)ママレード (冷)牛乳 (冷)プロッコリーのドレッシング和え (冷)フルーツ	ロールパン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (温)インゲンのソテー <sup>1</sup> (温)ゆで卵	食パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (冷)プロッコリーの和風和え (冷)チーズ	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (冷)大根の香味和え (冷)フルーツ	小山パン (冷)りんごジャム (冷)牛乳 (冷)キャベツの和風和え (温)ゆで卵	レーズンロール (冷)マーガリン (冷)牛乳 (温)青梗菜のソテー <sup>1</sup> (冷)フルーツ	食パン (冷)いちごジャム (冷)牛乳 (冷)大根サラダ (冷)チーズ
<b>昼</b>	(温)米飯 (温)メルルーサの照焼き (温)白菜のとろみ煮 (冷)法蓮草としらすの和え物 (温)かきたま汁	(温)米飯 (冷)揚鶏ポン酢 (温)南瓜の含め煮 (冷)小松菜の菜種和え (温)味噌汁	(温)米飯 (温)さばのおろし煮 (温)もやしのカレー炒め (冷)青梗菜のお浸し (温)味噌汁	(温)米飯 (温)照り焼きチキン (冷)レタスサラダ (冷)クリスマスケーキ (温)パンプキンスープ	(温)米飯 (温)ビーフシチュー(味確) (冷)レタスサラダ (冷)ヨーグルト和え (温)パンプキンスープ	(温)米飯 (冷)かつおのたたき (温)切干大根の炒り煮 (冷)しろ菜の昆布和え (温)味噌汁	(温)肉うどん (温)なすの揚げ浸し (冷)小松菜としらすの和え物 (温)麺つゆ150
<b>夕</b>	(温)米飯 (温)チンジャオ・ロースー <sup>2</sup> (冷)さつまいもサラダ (温)青梗菜の炒め物	(温)米飯 (温)あじの塩焼き (温)厚揚げ炒め (冷)しろ菜としめじのお浸し	(温)米飯 (温)酢豚(ヒ°上)★下味注 <sup>3</sup> (温)小松菜の煮浸し (冷)大根の香味和え	(温)米飯 (温)あぶらカレイのトマトソース (温)しろなのソテー <sup>1</sup> (冷)カリフラワーのカレーマヨサラダ	(温)米飯 (温)赤魚の香り蒸し (温)大根の煮物 (冷)ツナマヨ和え	(温)米飯 (温)鶏肉の治部煮風 (温)いんげんのバターソテー <sup>1</sup> (冷)キャベツのしその実和え	(温)米飯 (温)和風ロールキャベツ (温)きのこソテー <sup>1</sup> (冷)大豆サラダ(大豆炊く)

軟々菜(とろみ)

	令和07年12月21日(日)	令和07年12月22日(月)	令和07年12月23日(火)	令和07年12月24日(水)	令和07年12月25日(木)	令和07年12月26日(金)	令和07年12月27日(土)
朝	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥
	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁
	(冷)牛乳	(冷)牛乳	(冷)牛乳	(冷)牛乳	(冷)牛乳	(冷)牛乳	(冷)牛乳
	(冷)お浸し	(温)インゲンのソテー	(冷)白菜の和風和え	(冷)香味和え	(冷)キャベツの和風和え	(温)青梗菜のソテー	(冷)大根サラダ
	(冷)フルーツ	(冷)フルーツ	(冷)フルーツ	(冷)フルーツ	(冷)フルーツ	(冷)フルーツ	(冷)フルーツ
昼	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)あんかけうどん(10分以上)
	(温)魚の照焼き	(温)豚肉中華あんかけ	(温)とろろかけ	(温)照り焼きチキン(照りあん)	(温)ホワイトシチュー	(温)塩焼き	(温)和風とろみ煮(メイン皿)
	(温)とろみ煮	(温)南瓜の含め煮	(温)里芋の煮物	(温)卵ソテー	(冷)サラダ	(冷)さつま芋の甘煮	(冷)ポテトサラダ
	(冷)和え物	(冷)お浸し	(冷)カリフラワーのドレッシング和え	(冷)いちごゼリー(幼ヶキ)	(冷)フルーツヨーグルト	(冷)マヨ和え	(温)煮奴
	(温)かきたま汁	(温)味噌汁	(温)味噌汁	(温)パンプキンスープ	(温)味噌汁	(温)味噌汁	
夕	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥	(温)5分粥
	(温)オイスター炒め煮	(温)塩焼き	(温)コンソメ煮	(温)魚のトマトソースがけ	(温)魚のあんかけ(野菜添え)	(温)和風煮	(温)ケチャップ煮
	(冷)春雨サラダ	(温)じゃが芋の煮物	(温)南瓜の煮物	(温)炒め物	(温)じゃが芋の煮物	(温)コンソメ煮	(温)さつま芋の甘煮
	(冷)サツマイモサラダ	(冷)ツナマヨ和え	(冷)マヨ和え	(冷)マヨ和え	(冷)マヨ和え	(冷)ツナ和え	(冷)マヨ和え

## ソフト食(A)