



# 12月の献立



日	曜日	献立テーマ	献立詳細	アレルギー情報 (小麦 乳 玉子 えび かに 落花生 そば)
1日	金			
2日	土			
3日	日			
4日	月	鯖の紀州煮と豚大根のコトコト煮	鯖の紀州煮、豚と大根のコトコト煮、ご飯とお味噌汁	
5日	火	やみつき牛丼	牛丼、お味噌汁	卵
6日	水	チキン南蛮と旬の焼き野菜	チキン南蛮、旬の焼き野菜、ご飯とお味噌汁	小麦、卵
7日	木	クリームシチューと南瓜フライ	クリームシチュー、南瓜フライ、オニオンスープ☒	小麦、牛乳、海老
8日	金	旨辛！豚キムチランチ	豚キムチ、ナムル盛り合わせ、ご飯と中華スープ	
9日	土			
10日	日			
11日	月	昔ながらの町中華セット	中華丼、中華スープ	
12日	火	ボリューム唐揚げセット	鶏の唐揚げ、オクラとエノキのポン酢和え、ご飯とお味噌汁、みかん	
13日	水	豚バラの味噌漬丼に温蕎麦を添えて	豚バラの味噌漬丼、温蕎麦	卵、蕎麦
14日	木	手間がかりカレー	カレーライス、ミニサラダとスープ	小麦
15日	金	腸活！鶏と野菜の黒酢餡かけ	鶏と野菜の黒酢餡かけ、冷奴、ご飯とお味噌汁	
16日	土			
17日	日			
18日	月	鯖の味噌煮定食	鯖の味噌煮、ほうれん草の胡麻和え、だし巻き、ご飯とお味噌汁	卵
19日	火	大好きオムライス	オムライス、コーンスープ	卵
20日	水	ミックスフライ定食	アジフライ、コロッケ、メンチカツ、ご飯とお味噌汁、黄桃	小麦
21日	木	トマトパスタランチ	トマトパスタ、ミニサラダとスープ	小麦
22日	金	ジューシー鶏の照り焼き	鶏の照り焼き、ナスの揚げ浸し、ポテトサラダ、ご飯とお味噌汁	卵
23日	土			
24日	日			
25日	月			
26日	火			
27日	水			
28日	木			
29日	金			
30日	土			
31日	日			

