

2021年12月 献立表 シャロン千里 テイサービス

※事情によりメニューの変更があります。
ご了承ください。

	火	水	木	金	土
	12月	1	2	3	4
昼食		ご飯 金目鯛の塩焼き 卵の花 キャベツの辛子酢みそがけ みそ汁	キーマカレー 漬物 卵サラダ フルーツ	ご飯 牛肉のソース炒め サラダ 中華スープ フルーツ	ご飯 焼き鳥 さつま芋のレモン煮 キャベツの煮浸し みそ汁
おやつ		ずんだおはぎ	クッキア・ココアマドレーヌ	さつまいも蒸し羊羹	オレンジゼリー
	7	8	9	10	11
昼食	ご飯 鶏肉の唐揚げ 炊き合わせ ブロッコリーの酢味噌がけ みそ汁	エビピラフ サラダ スープ フルーツ	ご飯 サバの塩焼き 鶏肝のしぐれ煮 チンゲン菜のソテー けんちん汁	ご飯 サケの若布蒸し 切干大根 ほうれん草のお浸し みそ汁	ご飯 かにたま風(甘酢あん) ぜんまいの煮物 ささみの辛子マヨ和え 中華スープ
おやつ	長崎カステラ	バームクーヘン	チョコレートケーキ	ずんだおはぎ	さつまいも蒸し羊羹
	14	15	16	17	18
昼食	ご飯 スズキのピザ風 サラダ かぼちゃのポタージュ フルーツ	ご飯 ホッケの塩焼き 豆腐のとろろ蒸し キャベツの甘酢和え みそ汁	ご飯 鶏肉の味噌マヨ焼き 厚揚げと小松菜の煮浸し 煮豆・みそ汁 フルーツ	ご飯 青椒肉絲 卵の花 もやしのナムル みそ汁	ご飯 サケの塩焼き 炊き合わせ 白菜の梅肉和え みそ汁
おやつ	マロンあんパイ	小豆蒸し羊羹	マンゴープリン	チョコレートケーキ	小豆蒸し羊羹
	21	22	23	24	25
昼食	ご飯 鶏肉とごぼうの煮物 アスパラのソテー 煮豆 みそ汁	ご飯 ミートローフ サラダ 人参のポタージュ フルーツ	ご飯 サワラの塩焼き 牛肉八幡巻き サラダ みそ汁	ご飯 ローストチキン サラダ コーンポタージュ フルーツ	ねぎとろ丼 豆腐の田楽 ほうれん草のごま和え のっぺい汁 フルーツ
おやつ	牛乳ロールケーキ	マーマレードロール	牛乳ロールケーキ	クリスマスケーキ	クリスマスケーキ
	28				
昼食	ご飯 麻婆豆腐 アスパラのピーナッツ和え 中華クラゲ 中華スープ				
おやつ	ガトーショコラ				