



# 祥水園 野原ダイニング献立表

## 12月



予定献立ですので、変更されることがあります。  
予めご了承ください。

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
風食		ごはん 大好評！鮭のマヨボンホイル焼き 蒸ししゅうまい もやし大葉土佐和え さつま芋みそ汁	ゆかりおにぎり こがしソース焼そば ほうれん草の浸し 青菜と湯葉のかき玉スープ	ごはん 塩麴の牛肉炒め ぜんまいの田舎煮 白菜のおかか和え 清汁（榎木茸） みかん寒天	カフェ風ハッシュドポーク 三度豆のサラダ ごまプリン	ごはん 白身魚のトマトソースかけ かぶと桜エビの炊いたん カボチャサラダ（ツナ） 吉野汁	ごはん 鶏肉のねぎソースかけ 玉ねぎの卵とじ 大和マナ辛子和え みそ汁（白菜） オレンジゼリー
夕食		ごはん 豚肉のネギ炒め 厚揚げとかぼちゃの煮物 ほうれん草のみそ和え 粕汁	ごはん さわらの照焼き 里芋の煮物 しらあえ みそ汁（白菜）	ごはん カレーのみぞれ煮 かぼちゃ肉そぼろ たこす 味噌汁（マイタケ・厚揚げ）	ごはん 鶏肉のおろし煮 ゴボウの味噌さんぴら ほうれん草の3色和え すまし汁（えのき）	わかめご飯 牛肉と大根のどて煮風 ひじきの炒り煮 酢の物（チリメン） 卵豆腐のすまし汁	ごはん 鱈の黄身焼き チンゲン菜炒め煮 ポテトサラダ 味噌汁（わかめ、大根）
風食	7	8	9	10	11	12	13
風食	しめじご飯 ぶり照焼き 南瓜の含め煮 小松菜のなめこ和え みそ汁（えのき）	美味再来！味噌カツ丼 柿とかぶのマリネ ヨーグルトゼリー	ごはん 揚げ鱈のみぞれボン酢煮 かぼちゃ肉そぼろ ちくわ辛子和え 味噌汁（小松菜・あげ・さと）	ソフトフランス 和風冬野菜パスタ ひじきサラダ 吸物（はんぺん）	大根ほたての炊き込みご飯 鱈のフライオーロラソース（味の 長芋の含め煮 チンゲンサイのレモン醤油和え 豆腐のすまし汁	冬の味覚かにあんかけチャーハン ゴボウサラダ 味噌汁（シメジ、油あげ、若布） カフェオレゼリー	ごはん さんま唐揚げねぎソースかけ 小松菜と竹輪の煮びたし さつまいもの白和え 大根スープ
夕食	ごはん 豚しょうが焼き 煮なます 野菜サラダ（コーン） 小松菜のベーコンスープ	ごはん 赤魚のネギ味噌焼き 白菜と油揚げの煮物 シラスあえ 卵豆腐のすまし汁	ごはん ひき肉とポテトのピカタ キャベツの洋風煮浸し もやしの四川風 白菜のしょうがスープ	ごはん 鶏ももクリーム煮 里芋の洋風煮 ほうれん草とえのきの浸し 赤出し（若布）	ごはん 豚肉ときのこの味噌炒め もやしの卵とじ 酢の物（チリメン） 搔玉汁	ごはん 鱈ムニエル カレー肉じゃが 野菜サラダ（コーン） 若布スープ	ごはん 牛肉しょうが煮 フロッコリーのかにあんかけ 白菜梅じそ和え 味噌汁（長葱と麩）
風食	14	15	16	17	18	19	20
風食	ごはん 豚肉と小松菜の卵炒め マーボ春雨 きゃべつの胡麻和え 水餃子	ごはん 手作りタルタルのチキン南蛮 キャベツの洋風煮浸し ブロッコリー胡麻和え 蓮根ポタージュ	生姜たっぷり！海鮮丼 さつま芋の白ゴマ煮 長いもと長ネギのスープ 杏仁豆腐	ごはん 大根のおかずグラタン 人参と干しドウのサラダ 春雨ごま酢 若布スープ	おにぎり ジャージャー風そうめん かにサラダ のっぺい汁	ごはん おふくろの味ぶり大根 小松菜の卵とじ ブロッコリーサラダ カキ玉スープ	ごはん ほくほくカボチャコロッケ 切干し大根煮物 きゃべつの胡麻和え 素麺みそ汁
夕食	しめじご飯 高野豆腐含め煮 茄子のそぼろあんかけ ほうれん草とえのきの浸し 石狩汁	ごはん 鱈のマヨネーズ焼き つくも煮 ほうれん草のツナサラダ 白菜のしょうがスープ	ごはん 鶏照り焼き 小松菜と竹輪の煮びたし もやし胡麻和え 沢煮わん	ごはん 鮭タルタルソース 味噌煮 大根の酢の物 すまし汁（豆腐と豚）	おにぎり おでん 酢の物（わかめ） みそ汁（白菜・サツマイモ） ミルクかん	ひじきご飯 園長大好きメンチカツ けんちん炒り煮 鶏と水菜のサラダ みそ汁（とろろ）	ごはん 鶏ケチャップ煮 ほうれん草のバター炒め 鮭ポテトサラダ 豆乳スープ
風食	21	22 冬至	23	24	25 クリスマス	26	27
風食	ごはん 鮭の塩焼き 肉じゃが 卵焼き お浸し 味噌汁（ごぼう、油揚げ）	ごはん アジの照り焼き かぼちゃ小倉煮 ほうれん草の磯部和え すいとん	あわてんぼサンタのチキンカレー フレンチ白菜サラダ りんごのコンポート	オシャレ！クリスマスちらし チーズカリカリ揚げ サーモンサラダ 根菜スープ ブチホットケーキ クリスマスイヴ	ごはん クリスマス 鶏のバリバリレモンソース さんぴらごぼう 白菜のゴママヨサラダ ミネストローネ フリーカットシュークリーム	ソフトフランス アンコール！ポロネーゼパスタ 和風コールスロー 豆乳スープ おみくじクッキー	ごはん あじの香味味噌焼き チンゲンサイの中華風炒め もやしの四川風サラダ 卵豆腐のすまし汁
夕食	十五穀米 ミックス焼そば 三度豆のごまあえ ケンチン汁 豆乳抹茶寒天	ごはん 焼き鯖 ぜんまいの田舎煮 鶏の酢の物 八宝汁	ごはん カレーの煮付け かぶの洋風煮 豆腐サラダ 長いもと長ネギのスープ	ごはん 今夜は御馳走！えびフライ じゃがいものベーコン煮 クリスマスマリネ 豆乳ポタージュ	ごはん 聖夜にぴったりミートテリーヌ スパゲティナポリタン カボチャサラダ 大根ポトフ	ごはん 鯖のみそ煮 野菜スープ煮 鶏の酢の物 すまし汁（えのき）	ごはん 豚肉の梅大葉照り焼き つくも煮 ほうれん草の3色和え 味噌汁（シメジ、油あげ、若布）
	28	29	30	31			
	ごはん	ごはん	黒豆ごはん	ごはん			

昼食	お母さんのクリームシチュー ひじき三杯酢s 杏仁豆腐	鯖の塩焼き 小芋の味噌かけ 春菊のおひたし 豚汁 寒天のフルーツ寄せ	鯖のマヨネーズ焼き 冬の定番いろふき大根 酢の物(わかめ) 飛鳥汁	豆腐ハンバーグ なべしぎ 白菜の鮭フレーク和え ミニ年越しそば おみくじ付招き猫チョコ
夕食	ごはん 掻揚 鶏肉とかぶの煮物 なめこのおろしあえ 八宝汁	ごはん 鶏ケチャップ煮 チンゲン菜とホタテのうす葛煮 三度豆のごまあえ 粕汁	ごはん 良いお年をすき焼き風煮 ピーマン春雨 三度豆の梅オカカ和え みそ汁(かぶら・油)	ごはん ぷりぷりエビのフリッター れんこんきんぴら 大豆サラダ 味噌汁(モヤシ・油)

【昼】汁物あり…550円、汁物なし…500円  
【夕】汁物あり…650円、汁物なし…600円

※注意※

●カレーライス等汁物のないメニュー・・・

【昼】500円、【夕】600円

●ごはんの大盛り希望の方は別途料金(+50円)をいただきます

