

献立表

現 場：浮間舟渡園
12月
献立種類：常食

大雪（たいせつ）

	日 7	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13
朝食	御飯 とろと卵 アスパラとカニのサラダ 味噌汁（大根） 白桃缶	麦御飯 菜花とがんもの煮物 とろろ汁 黄桃缶 牛乳	御飯 じゃが芋と人参の煮物 カリフラワーの甘酢漬け りんご缶 牛乳	御飯 切干大根煮 キャベツとエビのサラダ 洋梨缶 ヨーグルト	御飯 さつま揚炒め煮 納豆 みかん缶 牛乳	ゆかりごはん 魚河岸揚げ煮 青梗菜としらすの海苔和え 味噌汁（里芋） パイン缶	御飯 キャベツとアゲの煮びたし 茄子のさっぱり和え 味噌汁（かぶ） フルーツカクテル缶
昼食	御飯 かじきのポン照り焼き じゃが芋さくらえびソテー オレンジ 牛乳	穴子の押し寿司 筑前煮 白菜和風サラダ すまし汁（京花麩） 蒸しまんじゅう（黒糖）	一口かつ丼 小松菜の和え物 赤だし（なめこ） パイン缶	食パン 鰯のトマト煮 アスパラのサラダ パンプキンスープ フルーツカクテル缶	焼きそば 胡瓜の中華サラダ ワカメスープ 白桃缶	御飯 豆腐と野菜の旨煮 かぶのたらこマヨ和え バナナ 牛乳	黒糖テーブルロール スペイン風オムレツ シーザーサラダ 黄桃缶 牛乳
夕食	御飯 豚肉生姜焼き風炒め 白和え なすそぼろ煮 べったら漬け	御飯 豆腐とえびのチリソース 冬瓜とホタテの中華風煮 春雨サラダ しば漬け	御飯 鰯の山椒焼き かぶとツナの和風サラダ ゆず香り汁 高菜漬け	御飯 ねぎ塩チキン ほうれん草のソテー 蓮根ピーナッツ和え 梅風味おかかふりかけ	御飯 かに玉甘酢あんかけ カリフラワーの中華炒め いんげんのマヨ醤油和え のり佃煮	御飯 カレイの煮付け きのことベーコンのバター醤油炒 マセドアンサラダ たくあん漬け	御飯 鶏肉の味噌チーズ焼き 白菜のおかか和え 昆布豆 鯛みそ
3時	バウムロール	ゼリーカクテル	フルーチェぶどう	メープルブチケーキ	かっぱえびせん	黒ごまプリン	焼きドーナツいちご
栄養価	エネルギー 1537kcal 蛋白質 51.3g 脂質 42.2g 炭水化物 226.2g 食塩 5.4g	エネルギー 1536kcal 蛋白質 51.5g 脂質 30.3g 炭水化物 249.1g 食塩 6.9g	エネルギー 1541kcal 蛋白質 51.1g 脂質 41.1g 炭水化物 229.9g 食塩 5.5g	エネルギー 1525kcal 蛋白質 53.8g 脂質 36.1g 炭水化物 232.8g 食塩 6.2g	エネルギー 1511kcal 蛋白質 52.2g 脂質 41.9g 炭水化物 219.8g 食塩 6.9g	エネルギー 1534kcal 蛋白質 54.7g 脂質 37.4g 炭水化物 231.5g 食塩 6.2g	エネルギー 1526kcal 蛋白質 51.4g 脂質 45g 炭水化物 218.8g 食塩 5.6g

12月7日 大雪の日とは

北風が吹いて雪が降り始めるころという意味です。朝夕には池や川に氷が張り、山々は雪化粧をまとった姿になります。献立は、お粥を召し上がる方には穴子の押し寿司の代わりに「穴子とごぼうの煮物」が付きます。お楽しみに。

