

令和4年 12月献立

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日	・	・	・	・	1	2	3
朝食					バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	トマトときゅうりとハムの サンドイッチ 野菜スープ・プリン
夕食					ハヤシライス・魚料理 ブロッコリーと卵のサラダ スープ・果物	とんかつ 魚料理・野菜サラダ ご飯・味噌汁	チンジャオロース 魚料理・春巻き ご飯・中華スープ
日	4	5	6	7	8	9	10
朝食		バイキング5種 ご飯・味噌汁	ベーコンエッグバーガー コンソメスープ ヨーグルト	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	チーズトースト ソーセージ・サラダ コーンスープ
夕食		生姜焼き（キャベツ添え） 魚料理・ちくわの磯辺揚げ ご飯・味噌汁	肉野菜炒め・魚料理 ブロッコリーと卵のサラダ ご飯・味噌汁	酢豚・魚料理 野菜サラダ ご飯・スープ	ちらし寿司 野菜の天ぷら すまし汁	豚バラ大根 魚料理・野菜サラダ ご飯・味噌汁	ミートソーススパゲッティ 魚料理・ポテトサラダ スープ
日	11	12	13	14	15	16	17
朝食		バイキング5種 ご飯・味噌汁	ホットドッグ サラダ・スープ ゼリー	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	ハムチーズサンド 目玉焼き サラダ・スープ
夕食		肉団子の甘酢炒め 魚料理・春雨サラダ ご飯・スープ	ハンバーグ・魚料理 野菜サラダ ご飯・スープ	ナポリタン・魚料理 野菜サラダ スープ	豚にら玉炒め 魚料理・野菜サラダ ご飯・味噌汁	チキンカツ・魚料理 きんぴらごぼう ご飯・味噌汁	手巻き寿司・ピザ サラダ・ケーキ
日	18	19	20	21	22	23	24
朝食		バイキング5種 ご飯・味噌汁	ハンバーグ コーンスープ バナナ	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	ピザトースト ソーセージ・サラダ かぼちゃのスープ
夕食		カルボナーラスパゲッティ 魚料理・野菜のガーリック炒め スープ	肉じゃが・魚料理 大根サラダ・ご飯・味噌汁	カレーライス 魚料理・野菜サラダ コンソメスープ・果物	鶏肉とねぎの甘辛炒め 魚料理・大根サラダ ご飯・味噌汁	鍋・ご飯	クリームシチュー 魚料理・ほうれん草のソテー ご飯・スープ
日	25	26	27	28	29	30	31
朝食		バイキング5種 ご飯・味噌汁	卵サンド ソーセージ・スープ プリン	冬季閉寮期間（1/6まで）			
夕食		鶏の唐揚げ 野菜サラダ・魚料理 ご飯・味噌汁	麻婆豆腐 春雨の中華サラダ・魚料理 ご飯・味噌汁				