

12月 らくっく39献立表

* 変更は3日前の15時までをお願いします。

* 仕入れの都合により献立内容が変更する場合があります。



	4日(日曜)	5日(月曜)	6日(火曜)	7日(水曜)	8日(木曜)	9日(金曜)	10日(土曜)
朝食	じゃが芋ソーセージトマト煮 インゲンナッツ和え	大根鶏そぼろ味噌煮 青菜きのこ和え	かにつみれ煮 白菜ちくわ煮浸し	玉子焼き 切干ひじきごま和え	鶏しんじょう煮物 ごぼうおかか和え	高野豆腐炊き合わせ 青菜そぼろ煮	ミートボール ブロッコリーサラダ
昼食	サワラ西京焼き 里芋生姜醤油煮 白菜お浸し	肉団子 甘酢野菜あん カリフラワーサラダ 野菜炒め	ミックス豆とツナカレー 青菜蒸し鶏サラダ ゼリー	タラ バター醤油風味焼 炊き合わせ イタリアンサラダ	赤魚照り焼き 肉じゃが 春雨塩だれ炒め	鶏磯辺天ぷら 長芋わさびお浸し 五目豆煮	豚肉八宝菜風 揚げだし豆腐 青菜ツナ和え
夕食	鶏肉照り焼き ひじき煮 キャベツ梅風味和え	アジ 香草パン粉焼き うの花サラダ ナポリタン	鮭キャベツカツ きのこ白和え 春雨ナムル風	ロールキャベツ デミソース バジルチーズペンネ 玉葱きのこマリネ	寄せ鍋風 キャベツ磯辺和え 揚げ茄子味噌和え	ハンバーグ トマトソース コールスローサラダ じゃが芋オイスター煮	メヌケ煮付け 切干大根煮 キャベツ辛し和え
朝食	野菜ベーコンコンソメ煮 インゲンマスタード和え	ふんわり野菜豆腐 青菜煮浸し	絹厚揚げ和風野菜あん キャベツかにかま和え	ツナ大根煮物 白菜ゆかり和え	かぼちゃふわふわ豆腐 青菜おかか和え	野菜入りスクランブルエッグ ごぼうごまドレ和え	いわしつみれ煮 インゲンツナマヨ和え
昼食	きつねうどん 炊き合わせ かぶ塩昆布和え	オムレツ きのこデミソース 切干明太マヨ和え じゃが芋コーンクリーム煮	カレイごま焼き 里芋味噌煮 インゲンお浸し	チーズinハンバーグ バーベキューソース 鶏とひじき煮物 紅あずまサラダ	鶏肉照り焼き タルタルソース 大根オクラお浸し ジャーマンポテト風	ポトフ風煮込み 和風明太パスタ ブロッコリーナッツ和え	マグロカツ 彩り野菜マリネ 白菜かまぼこ煮浸し
夕食	タンドリーチキン風 マカロニサラダ 野菜炒め煮	豚すき焼き風煮 キャベツしそひじき和え さつま芋白和え	豆腐ステーキ おろしポン酢 かぼちゃサラダ 青菜きのこナムル風	たら味噌漬け ビーンズサラダ 炊き合わせ	豚肉回鍋肉風 春雨酢の物 なす煮浸し	サバ味噌焼き 切干大豆煮 長芋辛し和え	ポークケチャップ 青菜コーン カルボナーラペンネ
朝食	里芋そぼろ煮 切干ひじきサラダ	ミートボール 野菜コンソメ煮	大根蒸し鶏甘辛煮 キャベツ塩昆布和え	高野豆腐味噌煮 ごぼうごまマヨ和え	がんも炊き合わせ 白菜酢の物	ロールキャベツ ブロッコリーサラダ	玉子焼き 青菜辛し和え
昼食	タラ カレーニエル じゃが芋オイスター煮 花野菜サラダ	オムレツ トマトソース ツナマカロニサラダ 豚肉ごぼう山椒炒め煮	豆腐ナゲット バーベキューソース 春雨中華風味和え インゲン煮浸し	鶏ひき肉 きのこカレー シーザーサラダ ゼリー	赤魚柚子塩漬け かぼちやいとこ煮 青菜ツナ和え	豚肉と焼豆腐味噌煮 キャベツポン酢和え 里芋ごま和え	野菜味噌ラーメン 大根柚子お浸し 餃子
夕食	味噌おでん風煮込み 車麩煮ねぎ生姜あん キャベツ蒸し鶏お浸し	鶏ささみ チーズパン粉焼き 青菜ナッツ和え 白菜梅風味	豆乳鍋風 小えびと里芋揚げ団子 ブロッコリー白だし煮	たらゆかり天ぷら 蒸し茄子とろみ餡 青菜お浸し	豚肉青菜 玉子中華炒め しゅうまい キャベツ青じそドレ和え	マス磯辺焼き 五目豆煮 白菜かにかま和え	肉団子 五目野菜あん 春雨サラダ インゲンツナ和え
朝食	かぶポトフ風煮 花野菜マスタード和え	かぼちゃそぼろ煮 白菜かまぼこ和え	ツナじゃが 青菜お浸し	スクランブルエッグ 花野菜サラダ	大根豆ミンチ味噌煮 キャベツゆかり和え	鶏ごぼういなり 白菜ごま和え	高野豆腐炊き合わせ インゲン辛しマヨ和え
昼食	クリスマス ミートローフ 青菜コーン いちごムース	白身魚 きのこおろしあん 五目きんぴら ポテトサラダ	豚肉大根甘辛煮 春雨酢の物 水餃子和風ねぎあん	サバねぎ味噌焼き 高野豆腐五目煮 白菜おかか和え	豚肉じゃが 青菜きのこお浸し きんぴらごぼう	ハンバーグ焼肉風ソース マカロニサラダ 野菜炒め煮	年越しそば 車麩煮玉子あん 青菜煮浸し
夕食	サワラごま照り焼き 切干大根煮 炊き合わせ	豚肉生姜炒め煮 かに玉 キャベツ中華和え	アジムニエル シーザーサラダ インゲンきのこ和え	かぼちゃコロケ ひじき煮 野菜大豆トマト煮	チーズオムレツ デミソース ナポリタン インゲンコンソメ煮	マス西京焼き 切昆布大豆煮 焼豆腐ねぎそぼろあん	赤魚粕焼き キャベツかにかま和え 切干大根煮