

16 (月)	さけの塩焼き	大根おろし 煮浸し(白菜) プリン 味噌汁	483 kcal	23 (月)	鶏ササミの 梅かけ	じゃが芋の煮物 フルーツヨーグルト かき卵汁	544 kcal
17 (火)	クリーム シチュー	サラダ フルーチェ(イチゴ)	489 kcal	24 (火)	タラの魚田	煮付け(かぼちゃ) そばろ煮(白菜) プリン 味噌汁	591 kcal
18 (水)	煮魚(赤魚)	煮付(ごぼう・いんげん) キャベツの煮浸し 水ようかん 味噌汁	570 kcal	25 (水)	クリスマス料理 オムライス & てりやき ハンバーグ	マッシュポテト サンタさんの 三色デザート クリームスープ	764 kcal
19 (木)	焼肉風炒め物	うずらの甘煮 ぶどうゼリー かき卵汁	545 kcal	26 (木)	さばの塩焼き	大根おろし 煮しめ 青りんごゼリー 味噌汁	566 kcal
20 (金)	さわらの 生姜焼き	煮付け(里芋) けんちょう(大根) フルーツミックス 味噌汁	609 kcal	27 (金)	豚ヒシの 甘酢煮	かぼちゃのいとこ煮 いちごヨーグルト 味噌汁	595 kcal



今年もお世話になりました。
良いお年をお迎えください。

※材料の関係等で献立を変更する事があります。ご了承下さい。
※毎食御飯が付きます。カロリーには御飯(1食150g)が含まれています。