

グランデージ北湘南『安心ハウス』平成 27年 12月 献立表

		日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
				1日	2日	3日	4日	5日	
朝				ご飯・みそ汁(とりごぼろ 水菜 豆腐)・牛乳・トルコ風オムレツ(ワライドポテト 玉葱 ベーコン 卵 レタス 生野菜)・煮浸し(白菜 花かつお)・香の物・なめこ和え	ご飯・みそ汁(大根 人参 ネギ)・牛乳・焼き物(角ハム 温野菜 アスパラ ブロッコリー 人参)・豚レバーかりんとう揚げ(豚レバー 玉葱)・から 生姜 白滝 人参・香の物(胡瓜漬)・大豆みそ	ご飯・みそ汁(大根・みつば・人参)・牛乳・湯豆腐セット(豆腐 白菜 昆布 長ネギ 生椎茸 生姜)・とりごぼろ(人参 いんげん)・香の物(キャベツの漬物)	ご飯・味噌汁(南瓜 なす ワカメ)・牛乳・チーズ入りトマト(玉子 生野菜 くだもの)・切干大根炒め煮(切り干し大根・人参・たふら)・昆布佃煮・香の物	ご飯・味噌汁(大根 人参 ほうれん草)・牛乳・伊東のたふら野菜入り(大根おろし オレンジ)・コンニャクのかか煮(醤油・生姜 こんにやく)・香の物	
	星			みそ汁(白菜 焼き豆腐)・おにぎりセット(しそみそ 梅 ズッキーニ炒め煮・ミニトマト・オクラ肉巻き春巻き)・デザート(ゆずヨーグルト・きなこ・三色フルーツ)・香の物(一夜漬)	雑煮汁(長葱・油揚げ・大根・人参・ごぼろ・鶏肉・もち)・ゆかりご飯盛合わせ(ゆかり 焼売・ブロッコリー・生野菜・フライ)・香の物(キャベツ漬)	スープ(ベーコン・ハンペン・牛バラ肉・玉葱 糸寒天)・ハヤシライス(牛バラ肉 玉葱 ルー 竹の子 ハヤシルー 人参)・サラダ(ハム・胡瓜・アスパラ・レタス)・香の物(福神漬)・らっきょ	五目きし麺(きしめん・大根・油揚げ)・豚・人参・長葱・ほうれん草)・キャベツと根野菜の卵とし(キャベツ・人参・卵・ベーコン・コンニャク)・香の物(胡瓜漬)・焼き芋(ツツメ)	茶粥(蕎麦・牛乳・塩)・盛り合わせ(駐羊ギョトマ・レタス)・煮物(大根・焼ききくわ・人参・南瓜・焼き豆腐・生姜)・香の物(梅)・豆乳ティラミス	
夕			ご飯・コーンスープ(コーン・レタス)・チーズハンバーグ(合いびき肉・玉葱・チーズ・小松菜・フライド南瓜)・春雨サラダ(春雨 ロースハム 白菜のしん)・香の物(胡瓜)・大根と巾着の煮物	ご飯・みそ汁(白菜・シメジ・ねぎ)・煮魚(魚 生姜 コンニャク)・南瓜サラダ(南瓜 玉葱 胡瓜 ロースハム マヨネーズ レタス)・香の物(大根浅漬)・大根と中華クラゲ和え	ご飯・たら汁(油揚げ・人参・たら・大根・里芋 ネギ)・盛合わせ(とり竜田揚げ・生野菜・トマト)・ごま和え(すりごま 人参・小松菜・トマト)・香の物(胡瓜と大根漬)・南瓜煮物	ご飯・味噌汁(なめこ・大根・大根葉)・とり肉幽庵焼き(鶏肉・漬込みたれ 生野菜 Gフルーツ)・いんげんの炒め煮(いんげん 人参 本シメジ・いか)・大根のなます・香の物(白菜酢漬)	ご飯・かき玉汁(でん粉 餅 玉子)・さばのホイル焼き(梅 キャベツ ピーマン 玉葱 生椎茸 味噌・長葱・バター)・豆腐の卵とし(豆腐 バラベーコン・卵・ほうれん草・コンソメ 本しめじ)・香の物(やごこんの煮物)・煮なます(味付き椎茸・味付きツツメ)		
	朝	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	
朝		ご飯・味噌汁(ネギ 南瓜・ワカメ)・牛乳・はんぺんのチーズサンド(はんぺん カットチーズ 生野菜 オレンジ)・金平ごぼろ(人参 ごぼろ・ピーマン・醤油・砂糖・醤油)・香の物(なまこ漬)・白菜と玉ねぎハム和え	ご飯・味噌汁(はんぺん 人参 地のり)・牛乳・鯖水煮の山かけ(長芋 卵黄 醤油)・ほうれん草の磯和え(ほうれん草・人参・佃煮)・香の物・煮豆	ご飯・味噌汁(ほうれん草・玉葱・卵)・牛乳・キャベツのマッパラー煮(人参・てんぷら・キャベツ・ひじき 本しめじ 青葉)・納豆(しらす 長葱)・くだもの(バナナ・柿)・香の物(新漬)	ご飯・味噌汁(かぶの茎 地のり)・牛乳・焼き魚(魚 大根おろし トマト)・高野豆腐の卵とし(カット高野豆腐 人参 味付き椎茸 いんげん 卵)・数の子松前	ご飯・味噌汁(南瓜 花魁 ミツコン)・牛乳・フレンチオムレツ(卵 生野菜 トマト 生クリーム)・大豆いじきの炒め煮(茹で大豆 いんげん にんじん ごぼろ ひじき とり肉)・香の物(白菜酢漬)	ご飯・味噌汁(豆腐 ふのり ネギ)・牛乳・煮物(京がんと 大根 こんにやく 本シメジ 地ふき)・温泉卵・香の物(胡瓜の味噌漬)・南瓜のミルク煮・塩か	ご飯・味噌汁(豆腐 ごぼろ 大根葉)・牛乳・焼き鳥盛り合わせ(炭火焼鳥 キャベツ・人参・ブロッコリー トマト)・レンジ炒め煮(レンジ・人参・ミニトマト・いんげん)・香の物(シーチキン・いんげん)・香の物(味噌漬)・もずく酢	
	星			休					
夕		昔風ラーメン(スープ 豚ガラ・焼き豚・メンマ・白菜 チョーン もやし 豆乳 人参 長葱 切敷 ゆで卵・小松菜)・いなり寿司(いなり皮・酢飯)・香の物(甘群生薬)	焼ききたてパン(オニオンぱん・南瓜パン・練乳ぱん・お米ロール 玉子サンド ハム&玉子)・南瓜のポタージュ(南瓜 玉葱 牛乳 生クリーム・粉バセリール・クラッカー)・サラダ(胡瓜・レタス・ツナ)・コーヒー・紅茶	休	スープカレー(とり肉 揚げ茄子 南瓜 玉葱 ゆで卵 人参)・ご飯・サラダ(海藻・レタス きゅうり)・香の物(らっきょ・福神漬)	スープ(玉葱 肉団子・ピーマン)・炊き込みピラフ(玉葱 ベーコン ミックスコンソメ パター)・サラダ(生ハム 胡瓜 レタス 大根)・福神漬・デザート(苺プリン・イチゴジャム)	にしんそば(甘露煮にしん・長ネギ 干しそば)・てまり寿司(酢飯・しめさば 白だし・みそ・きゅうり)・デザート(イチゴゼリー・イチゴジャム)	スープ(生姜 野菜 ミックスV)・ナポリタン・パスタ(玉葱 ピーマン・たらこ・生クリーム)・オムレツ・パスタ(ミニトマト・バスタ)・サラダ(リンゴ・ニンジン・ブロッコリー・すりごま)	
	朝	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日	
朝		ご飯・みそ汁(豆腐 ねぎ ふのり)・牛乳・ベーコンエッグ(ベーコン 生野菜 くだもの)・切り干し大根中華炒め(切り干し大根・いか・ごま油)・人参・いんげん・コンニャク)・香の物	ご飯・中華スープ(わかめ 豆苗 春雨)・カニの甲羅揚げ(カニの甲羅揚げ マッシュポテト・くだもの)・中華サラダ(中華クラゲ 胡瓜 玉葱 もやし)・香の物(ナス・胡瓜)・豚バラとピーマン炒め(豚バラ・ピーマン・玉葱)	ご飯・赤だし味噌汁(なめこ 絹豆腐 万能ねぎ)・お刺身盛り合わせ(ひらめ・ホタテ・いか えび 大根 ケン 大葉)・スイキの炒め煮(人参 生揚げ こんにやく 青葉)・めかぶの茎・もずくさんしょうの茎	ご飯・味噌汁(ちぢみ魚 すり身・ササチーズサン(とり肉ササミ)・チーズ・豚ロース 生野菜 青のり 生野菜 トマト)・奴豆腐(大根おろし なためたけ)・香の物(きやべつ醤油漬)	ご飯・みそ汁(細豆腐 長ネギ 生のり)・牛乳・焼き魚(魚 大根おろし きたもの)・ひじきの炒め煮(ひじき・油揚げ)・味付き椎茸)・香の物	ご飯・みそ汁(南瓜 エリンゲ 万能ねぎ)・牛乳・煮物(椎茸・京がんと 大根 人参・焼ききくわ・いんげん)・納豆オクラ入り(オクラ・長ネギ・野沢菜)・香の物(玄米漬)・人参の卵とし	ご飯・みそ汁(しめじ 豆腐 長葱)・牛乳・伊東のたふら(両天 大根おろし トマト)・いんげんささ身の和え煮(いんげん・人参・とりササみ・すりごま)・胡瓜・のりの佃煮	ご飯・みそ汁(小松菜 あげ はんぺん)・干魚(干魚 甘群 菊 海苔 ウインナー)・高野豆腐の詰め煮(高野豆腐・人参 本しめじ いんげん)・香の物(なす たくあん)
	夕	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日	
朝		お粥・みそ汁・牛乳・焼き魚(一塩 鯖 大根おろし バイン)・青菜とちくわの炒め煮(ほうれん草・人参 焼ききくわ)・香の物	ご飯・みそ汁(そうめん がんも 菜葉)・牛乳・炊き合わせ(ごぼろ 人参 竹の子 とり肉 ほうれん草 椎茸)・だし巻き卵とお浸し(卵 白菜 ロール きざみ海苔 トマト)・一夜漬け・花豆	ご飯・みそ汁(絹豆腐 青ねぎ カットワカメ)・牛乳・山菜の炒め煮(山菜 水たふら 黒コンニャク 人参)・納豆(しらす 野沢菜 長ネギ)・香の物(キャベツと胡瓜)・うにくらげ	ご飯・味噌汁(大根葉・焼き豆腐・ワカメ)・牛乳・焼き魚(ニンジン 大根おろし トマト)・春雨とピーマンの炒め煮(緑豆春雨・ピーマン・ひき肉・人参)・香の物(胡瓜漬)	ご飯・味噌汁(しめじ ほうれん草 揚げ)・牛乳・煮物(ミニ春雨中巻 里芋 人参 いんげん 本シメジ たらこ)・サラダ(生ハム ゆで卵)・香の物(紅しょうが)・らっきょ	ご飯・味噌汁(豆腐 わかめ)・牛乳・盛合わせ(ミニボール トマト ケチャップ 生野菜 アスパラ)・香の物(長芋 めかぶ)・香の物	ご飯・味噌汁(大根・人参 油揚げ)・焼き魚(鮭・大根おろし リンゴ)・身欠にしん・根菜の炒め煮(大根・ごぼろ・いんげん)・人参・だし汁・醤油)・香の物(白菜と胡瓜の漬物)	
	星			休					
夕		甘酒・変わりドライカレー(五穀米・合いびきき肉・玉葱 カレールー・オリーブオイル・レーズン・ニンニク)・人参)・温サラダ(キャベツ・ブロッコリー・ニンニク・いか・イタリンドレッシング)・香の物(福神漬)・茹で栗	サンドウィッチ(ゆで卵 ポテト 胡瓜 玉葱 ハム チーズカット 菓子パン)・鮭のシチュー(鮭・羊・人参・玉ねぎ・南瓜・コンソメ・お粥)・ヨーグルト和え(バナナ ヨーグルト・キューイ)・コーヒー	休	にゅう麺(そうめん 竹の子 本シメジ 生椎茸 板かま)・一口おにぎり(おなか・鮭)・デザート(杏仁豆腐・パン)・香の物(ズッキーニ漬)	スープ(ワカメ・メンマ・長アねぎ)・きのこチヤパー(コンソメ 舞茸 本シメジ 玉葱 人参・ピーマン こんにやく)・サラダ(玉葱 パプリカ ブロッコリー 生ハム ゆで卵)・香の物(紅しょうが)・らっきょ	スープ(ワカメ・メンマ・長アねぎ)・きのこチヤパー(コンソメ 舞茸 本シメジ 玉葱 人参・ピーマン こんにやく)・サラダ(玉葱 パプリカ ブロッコリー 生ハム ゆで卵)・香の物(紅しょうが)・らっきょ	釜揚げうどん(うどん だし汁 味付きキャベツ 油揚げ 大根 ほうれん草 なため 長葱)・根菜金平(大根・人参・ごぼろ)・デザート(フルーツ盛り合わせ)	スープ(野菜スープ・ササミ・キャベツ・ねぎ)・梅スハッティ(スハッティ・シーチキン・刻みりん・大葉)・サラダ(レタス・ハム・カレー ピーマン・マヨネーズ・ドレッシング)・デザート(いちご・ぶどう2色ゼリー)・コーヒー
	朝	27日	28日	29日	30日	31日			
朝		ご飯・きりたんぼ鍋(きりたんぼ 鶏ガラ・鶏肉・ごぼろ・焼き豆腐・長葱・舞茸・セリ)・煮物(くず 里芋・オクラ・人参・がんも)・酢の物(もずく・菊の花・胡瓜・ササミ・砂糖・塩)・香の物(胡瓜漬)・ごま豆腐	ご飯(いなきび)・かき玉汁(卵・三つぱ・でん粉・だし汁)・焼き魚(一塩 ほうけい)・オレンジ 大根おろし)・肉じゃが(豚カールソース 羊 玉葱 人参 白滝 生姜)・香の物(ズッキーニ漬)・朝採りいんげん胡麻和え	チキンカレー(とりにく 羊 玉葱 人参 にんにく カラール)・盛合わせ(レタス 胡瓜 アスパラ 豆腐 トマト ゆで卵 トマト)・梅ゼリー・香の物(福神漬)	ご飯・みそ汁(なめこ・大根)・豚ロースみそ巻き(小麦粉 玉子)・小麦粉・豚ロース・田楽みそ・大葉 生野菜 トマト)・なためたけ和え(ほうれん草・なめこ 胡瓜・オホーツク)・香の物(30カラ漬)	ご飯・みそ汁(大根 人参 ネギ)・牛乳・焼き物(角ハム 温野菜 アスパラ ブロッコリー 人参)・とりごぼろ(人参 いんげん)・玉葱)・から 生姜 白滝 人参)・香の物	ご飯・みそ汁(人参 牛乳 湯豆腐セット(豆腐 白菜 昆布 長ネギ 生椎茸 生姜)・とりごぼろ(人参 いんげん)・白菜 大根の漬物)		
	星								
夕		スープ・焼きそば(むき海老・豚バラ肉・人参・もやし)・にら・キャベツ・イカ)・バイン・もも塩・香の物(紅しょうが)	焼ききたてパン(南瓜パン バターパン コロケサン)・2色チーズパン・ペザブルス・P(ミックスV 玉葱 キャベツの芯 羊 にんにく・ベーコン)・サラダ(大根・エビ・パプリカ)・コーヒー	みそ汁(白菜 焼き豆腐)・おにぎりセット(鮭 梅 焼売 金平ポウチ)・デザート(ゆずヨーグルト・レモン)・香の物(キャベツ・胡瓜)	野菜たっぷりスープ(豚ひき肉・長葱・生姜・キャベツ・人参・生椎茸・竹の子・大根・白滝)・コンソメ(コンソメ・バター・パセリ・塩)・盛り合わせ(トマト 生野菜・南瓜コロケ)・香の物(カツオ漬)	スープ(ベーコン・ハンペン・牛バラ肉 玉葱 糸寒天)・ハッシュドビーフ(牛バラ肉 玉葱 ルー 竹の子 エリンギ 人参)・サラダ(むきえび・海藻サラダ・大根・レタス)・福神漬)・らっきょ			

<p>タ ご飯・みそ汁・マリネ風(さんま・生野菜・タルタルソース・茹で卵・玉葱・水菜)・とびっこ和え(ほうれん草・胡瓜・とびっこ・ナルト)・香の物(カツオ沢庵)</p>	<p>ご飯・みそ汁(ワカメ 羊ネギ)・焼き魚(魚 大根おろし)・マーボー豆腐(豆腐 豚ひき肉 にんにく 長ネギ 甜麺醬 ごま油)・香の物(胡瓜)・塩昆布和え(キャベツ・ピーマン・塩こぶ)</p>	<p>ご飯・ワカメスープ(コンソメ・わかめ・ごま・玉子)・煮込みハンバーグ(合いひき肉・大根おろし・大葉 玉葱)・春雨サラダ(春雨 ロースハム もやし)・香の物(たくあん)</p>	<p>ご飯・みそ汁(キャベツ ニラ 卵)・煮魚(魚 生姜 コンニャク)・ポテトサラダ(芋 玉葱 胡瓜 ソーセージ マヨネーズ レタス)・香の物(ベッタラ漬)</p>	<p>年越しそば(干しそば・長葱・板かま・長芋・刻みのり)・山菜おこわ(おかず折(刺身たい・マグロ・数の子・黒豆・姿海老煮・口取り・伊達巻き・鍋の幽庵焼き・なます・カニ巻き・うま煮・板かま紅白・レタス)・茶わん蒸し(卵・だし汁・栗・ユリ根・むき海老・味付け椎茸・三つ巴)・ピール又はジュース・みかん</p>		
--	---	--	--	---	--	--