



月	火	水	木	金
12月1日	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日
ごはん 豚肉生姜炒め 人参塩昆布あえ みそ汁 果物	ごはん 鶏肉ネギみそ焼き ブロッコリーとかにかまのサラダ みそ汁 果物	とうもろこしごはん 鮭の塩焼き 春雨サラダ すまし汁 果物	五目にゅうめん ブロッコリーのおかか和え 果物	ツナサンド 鶏肉のマーマレード焼き ほうれん草胡麻和え スープ 果物
12月8日	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日
野菜ちゃんぽん きゅうりの中華和え 果物	キャベツカレー コーンサラダ スープ 果物	ごはん 炒め納豆 豆腐サラダ みそ汁 果物	ふりかけご飯 肉じゃが ブロッコリーのツナサラダ みそ汁 果物	ごはん タラ南蛮漬け もやしのナムル 中華スープ 果物
12月15日	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日
ごはん 豆腐のツナ焼き マカロニサラダ すまし汁 果物	そぼろ丼 南瓜の煮物 豚汁 果物	ミートスペゲティ ジャーマンポテト スープ 果物	ジャムサンド 鶏肉のトマト煮 さつま芋コロコロサラダ 北海シチュー 果物	ごはん ヤンニョムチキン風 ごま人参 中華スープ 果物
12月22日	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日
チキンカレー ポテトサラダ スープ 果物	ごはん 鶏肉の胡麻醤油焼き ささみときゅうりサラダ みそ汁 果物	ゴマ豆乳味噌ラーメン ほうれん草のえのき和え 果物	鮭おにぎり・ピザトースト 鶏の唐揚げ・グラタン ブロッコリーのツナサラダ・ポテトフライ 南瓜ポタージュ 果物盛り合わせ	ごはん レンコンのはさみ焼き 無限人参 みそ汁 果物