



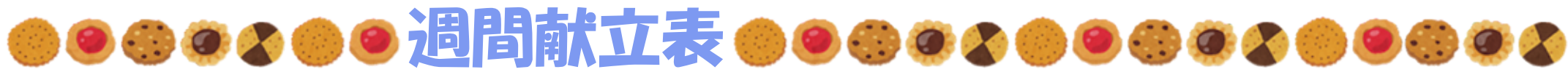
週間献立表

	11月25日(月)	11月26日(火)	11月27日(水)	11月28日(木)	11月29日(金)	11月30日(土)	12月1日(日)
朝食	ごはん 厚焼き卵 オクラの生姜和え のり佃煮 みそ汁	ごはん つみれの煮物 キャベツのくるみ和え えびみそ みそ汁	ごはん 納豆 小松菜の煮浸し 赤しその実漬け みそ汁	ごはん はんぺんの含め煮 もやしの和え物 ふりかけ みそ汁	ごはん 豆腐のとほろがけ いんげんのお浸し ゆずみそ みそ汁	ごはん いわしの蒲焼き ほうれん草の和え物 ふりかけ みそ汁	食パン ジャム 野菜ソテー 南瓜サラダ コンソメスープ
10時	牛乳	牛乳	牛乳	オレンジジュース	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 鮭のおろし煮 なすのみそ炒め 白菜のお浸し みそ汁	ごはん 鶏のタルタルソース もやしのソテー フロッキーサラダ コンソメスープ	ごはん 赤魚の漬け焼き 厚揚げのくず煮 ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁	ごはん 千キンカレー ツナサラダ 福神漬け ジョア	ごはん ぶり大根 れんこんきんぴら 白菜のナムル 中華スープ	ごはん 豚卵とじ じゃが芋の含め煮 マカロニサラダ お吸い物	ごはん さばの生姜煮 ひじきの煮付け もやしのナムル みそ汁
おやつ	バウムクーヘン	ずんだどら焼き	ソフトサラダ	練り切り	手作り抹茶蒸しパン	セレクト	かすてら饅頭
夕食	ごはん 豚肉のごま味噌炒め 蕪のかにあんかけ 昆布佃煮 黄桃缶	ごはん あじの生姜焼き 大根の炒め物 大豆と金時豆の甘煮 みかん缶	ごはん 南瓜コロッケ 冬瓜の中華煮 胡瓜漬け マンゴー缶	ごはん たら西京焼 なすの揚げびたし 金時豆 バナナ	ごはん 回鍋肉 春巻き 高菜漬け パイ缶	ごはん 白身魚の七味焼き フロッキーサラダ 甘酢生姜 カクテル缶	ごはん 麻婆豆腐 焼ビーフン 高菜漬け りんご缶
エネルギー	1517 Kcal	1453 Kcal	1307 Kcal	1360 Kcal	1582 Kcal	1587 Kcal	1463 Kcal
蛋白質	55.6 g	60.5 g	49.3 g	50 g	56.9 g	64.3 g	57.2 g
塩分	8.1 g	6.7 g	6.6 g	5.9 g	7.3 g	6.7 g	7.8 g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



	12月2日(月)	12月3日(火)	12月4日(水)	12月5日(木)	12月6日(金)	12月7日(土)	12月8日(日)
朝食	ごはん がんもの煮物 ほうれん草のお浸し のい佃煮 みそ汁	ごはん かぶのそぼろ煮 白菜の和え物 たいみそ みそ汁	ごはん ちくわの炒め煮 もやしのさっぱり和え うめびしお みそ汁	ごはん 厚揚げの含め煮 キャベツの生姜和え ふりかけ みそ汁	食パン オムレツ ほうれん草のサラダ コーンスープ	ごはん じゃが芋のそぼろ炒め 白菜の和風和え 金山寺みそ みそ汁	ごはん 高野豆腐の含め煮 長芋とろろ ふりかけ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 鶏肉の七味焼き ごぼうの炒り煮 キャベツの和え物 みそ汁	ごはん たらこの葱みそ焼き じゃが芋の煮物 いんげんの和風マヨ和え お吸い物	ごはん 五目卵焼き和風あん 冬瓜の土佐煮 ほうれん草の磯和え みそ汁	けんちんうどん はんぺん磯部揚げ 白菜のゆかり和え ヨーグルト	麦ごはん 鮭の塩焼き さつまいもの煮物 もやしのごま醤油和え みそ汁	ごはん 鶏肉のクリーム煮 グリーンサラダ ぶどうゼリー コンソメスープ	ごはん フルコギ風 春巻き 春雨サラダ 中華スープ
おやつ	メロンムース	まかいせんべい	酒饅頭	カスタードケーキ	白い風船	チョコパン	炭酸饅頭
夕食	ごはん 白身魚のみりん焼き 豚肉と大根の炒め煮 白花豆 マンゴー缶	ごはん 中華飯 肉しゃうまい ザーサイ 白桃缶	ごはん メンチカツ チキンサラダ 昆布佃煮 バナナ	ごはん ホキのマヨネーズ焼き 切り干し大根の煮物 うずら豆 パイン缶	ごはん 豚肉のにんにく醤油炒め かぶのかにあんかけ 赤しその実漬け みかん缶	ごはん 赤魚の粕漬け焼き ふろふき大根 うぐいす豆 フルーツカクテル缶	ごはん さばの味噌煮 小松菜のソテー たくあん りんご缶
エネルギー	1351 Kcal	1431 Kcal	1432 Kcal	1403 Kcal	1568 Kcal	1372 Kcal	1555 Kcal
蛋白質	54.2 g	51.9 g	55.3 g	53.3 g	56.9 g	52.8 g	52.7 g
塩分	6.8 g	6.7 g	8.4 g	6.8 g	7.5 g	6.8 g	7.8 g

※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。

週間献立表

	12月9日(月)	12月10日(火)	12月11日(水)	12月12日(木)	12月13日(金)	12月14日(土)	12月15日(日)
朝食	ごはん いわしの蒲焼き 白菜のお浸し えびみそ みそ汁	ごはん 炒り豆腐 ほうれん草としらすの和え物 ふりかけ みそ汁	食パン スクランブルエッグ カリフラワーの辛子マヨ和え クリームスープ	ごはん はんぺんの煮物 白菜の和え物 ゆずみそ みそ汁	ごはん ウィンナーソーテー フロッキーの和風和え のり佃煮 みそ汁	ごはん 厚揚げのねぎあんかけ 白菜の和え物 ふりかけ みそ汁	ごはん 納豆 ほうれん草とベーコンの炒め煮 つぼ漬け みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	カフェオレ
昼食	ごはん 白身魚のフライ 青梗菜の炒め物 もやしの和風サラダ お吸い物	ごはん チキンステーキバター醤油ソース かぶのコンソメ煮 オクラの青じそ和え コンソメスープ	ごはん たらの香味蒸し 茄子の甘辛炒め キャベツの中華サラダ みそ汁	ごはん 鶏肉の磯部揚げ 小松菜の炒め物 スパゲティサラダ みそ汁	ごはん 赤魚の煮付け 冬瓜のそぼろかけ ほうれん草ともやしのナムル 中華スープ	三色丼 さつま芋の煮物 キャベツの甘酢漬け お吸い物	ごはん 銀だらの照り焼き れんこんきんぴら いんげんのごま和え みそ汁
おやつ	手作り抹茶蒸しパン	芋ようかん	ぼたぼた焼き	味噌饅頭	ドーナツ	バンケーキ黒糖	パウムクーヘン
夕食	ごはん 松風焼き 里芋の煮物 しば漬け 洋梨缶	ごはん あじの山椒焼き きんぴらごぼう きゅうり漬け 黄桃缶	ごはん 豚肉の葱塩炒め かぼちゃの甘煮 大豆と金時豆の甘煮 みかん缶	ごはん 中華風卵焼き甘酢あん レバーとごぼうの炒り煮 高菜漬け ハナ+	ごはん 回鍋肉 春雨サラダ うずら豆 パイン缶	ごはん さばの塩焼き なずの含め煮 昆布佃煮 フルーツカクテル缶	ごはん 鶏肉の竜田揚げ 青梗菜の炒め物 うぐいす豆 マンゴー缶
エネルギー	1434 Kcal	1273 Kcal	1663 Kcal	1484 Kcal	1507 Kcal	1326 Kcal	1487 Kcal
蛋白質	58.7 g	54.5 g	56.6 g	56.7 g	55.2 g	52.6 g	52.5 g
塩分	7.1 g	6.9 g	7.7 g	8.1 g	7.9 g	6.5 g	7.3 g

※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。

埼玉さくらんぼ | II 番館



	12月16日(月)	12月17日(火)	12月18日(水)	12月19日(木)	12月20日(金)	12月21日(土)	12月22日(日)
朝食	ごはん さつまいも揚げとかぶの煮物 もやしのドレッシング和え ふりかけ みそ汁	ごはん 肉詰めいなの煮物 白菜の生姜和え たいみそ みそ汁	食パン オムレツ キャベツサラダ コンソメスープ	ごはん 野菜つみれの煮物 ほうれん草のなめたけ和え えびみそ みそ汁	ごはん がんもの煮物 いんげんのお浸し ふりかけ みそ汁	ごはん ミートボール 白菜のポン酢和え うめびしお みそ汁	ごはん 炒り豆腐 ほうれん草のピーナッツ和え 金山寺みそ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん ポークカレー ツナサラダ 福神漬け ラフランス ジョア	ごはん 和風卵焼き 冬瓜のくず煮 揚げ茄子のお浸し お吸い物	ごはん 豚肉の漬け焼き 小松菜の煮浸し マカロニサラダ みそ汁	ごはん 白身魚のバター醤油焼き 切り干し大根の炒め煮 白菜ときゅうりの和え物 みそ汁	ごはん 鶏肉の照り焼き れんごんの塩麹炒め キャベツの和え物 みそ汁	ごはん 鮭のみりん焼き かぼちゃのいとこ煮 春雨サラダ みそ汁	ごはん 豚肉と野菜のオイスターソース炒め かぶのどぼろあんかけ オクラの和え物 みそ汁
おやつ	ロールケーキ	どら焼き	ソフトサラダ	クリームパン	手作りきなこ蒸しパン	りんごムース	練り切り
夕食	ごはん あじの塩焼き ごぼうの炒り煮 青しその実漬け りんご缶	ごはん 鶏肉の七味焼き フロッコリーサラダ 白花豆 洋梨缶	ごはん 赤魚の香味焼き じゃが芋の含め煮 桜大根 バナナ	ごはん 豆腐の肉味噌がけ 青梗菜のソテー つぼ漬け みかん缶	ごはん さほのさっぱり煮 もやしの炒め物 うぐいす豆 マンゴー缶	ごはん カレーコロッケ ひじきの煮物 きゅうり漬け パイ缶	ごはん ホキのみそチーズ焼き 小松菜の炒め物 金時豆 黄桃缶
エネルギー	1548 Kcal	1330 Kcal	1493 Kcal	1339 Kcal	1395 Kcal	1423 Kcal	1509 Kcal
蛋白質	54.2 g	52.6 g	50.3 g	52.4 g	58.9 g	51.7 g	58.9 g
塩分	7.2 g	6.7 g	6.8 g	6.6 g	6.8 g	8.1 g	7.6 g

※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



	12月23日(月)	12月24日(火)	12月25日(水)	12月26日(木)	12月27日(金)	12月28日(土)	12月29日(日)
朝食	ごはん しらすの卵とし もやしのナムル ゆずみそ みそ汁	ごはん といつくね ほうれん草の和え物 うめびしお みそ汁	ごはん はんぺんのチーズのせ焼き いんげんのお浸し ふいかけ みそ汁	ごはん 納豆 大根きんぴら しば漬け みそ汁	食パン オムレツ フロッキーサラダ コーンスープ	ごはん 豆腐の含め煮 もやしの和え物 のり佃煮 みそ汁	ごはん あんかけ五目玉子 いんげんのごま和え ふいかけ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	りんごジュース	牛乳	牛乳
昼食	ごはん たらすの南蛮漬け風 大根の信田煮 白菜の香味和え お吸い物	ごはん 揚げ豆腐の野菜あん きんぴらごぼう かぶのしそ風味和え みそ汁	ケチャップライス ローストチキン フロッキーのソテー ポテトサラダ コンソメスープ	ごはん 白身魚の和風ムニエル 青梗菜の炒め物 もやしのゆかり和え お吸い物	ごはん 鶏肉のカレー風味焼き 里芋の煮物 キャベツのごま酢和え コンソメスープ	ごはん 赤魚の葱塩焼き 刻み昆布の炒り煮 白菜のナムル みそ汁	ごはん チキンチャップ 豆サラダ キャベツの甘酢漬け コンソメスープ
おやつ	黒糖饅頭	やわらかおかき	ストロベリーケーキ	和のパンケーキ抹茶	ようかん	プリン	あんぱん
夕食	ごはん 肉野菜炒め 春巻き 高菜漬け りんご缶	ごはん かれいの煮付け キャベツの炒め物 昆布佃煮 洋梨缶	ごはん かに入り卵焼き和風あんかけ なすの揚げ浸し 大豆と金時豆の甘煮 バナナ	ごはん 青柳肉絲風 海老焼売 ザーサイ マンゴー缶	ごはん あじの生姜醤油焼き ごぼうの炒り煮 青しその実漬け フルーツカクテル缶	ごはん 豚肉の味噌炒め 冬瓜のえびあんかけ 桜大根 みかん缶	ごはん さばの西京焼き 小松菜のソテー 白花豆 黄桃缶
エネルギー	1529 Kcal	1446 Kcal	1393 Kcal	1421 Kcal	1386 Kcal	1389 Kcal	1407 Kcal
蛋白質	52.8 g	50.4 g	54.5 g	55.7 g	50.4 g	51.1 g	56.6 g
塩分	7.3 g	8.0 g	6.4 g	7.8 g	7.3 g	6.6 g	5.7 g

※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。

週間献立表

	12月30日(火)	12月31日(火)	1月1日(水)	1月2日(木)	1月3日(金)	1月4日(土)	1月5日(日)
朝食	ごはん 厚揚げの含め煮 ほうれん草の磯和え たいみそ みそ汁	ごはん ちくわの炒め煮 白菜のからし和え ふいかけ みそ汁	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 白身魚のマスタード焼き かぶのコンソメ煮 花野菜サラダ みそ汁	かき揚げそば じゃが芋の煮物 キャベツの塩昆布和え ジョア	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
おやつ	チョコドーナツ	セレクト					
夕食	ごはん 煮込みハンバーグ 青梗菜の炒め物 たくあん 洋梨缶	ごはん きんめだいの煮付け 冬瓜の土佐煮 うぐいす豆 パイン缶	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
エネルギー	1439 Kcal	1437 Kcal	Kcal	Kcal	Kcal	Kcal	Kcal
蛋白質	52.6 g	55 g	g	g	g	g	g
塩分	7.4 g	7.7 g	g	g	g	g	g

※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。

埼玉さくらんぼ | II 番館