令和２年１２月

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	ご飯 さばの照り焼き キャベツのごま和え 豆乳汁 フルーツ	パン ポークビーンズ コールスローサラダ コンソメスープ フルーツ	カレーライス 五目大豆 ほうれん草とコーンの和え物 フルーツ	**弁当の日**
	ココアちんすこう 牛乳	切干大根のおにぎり お茶	きなこトースト 牛乳	りんごとさつまいものケーキ 牛乳
7	8	9	10	11
わかめおにぎり 手羽元のスペアリブ風 大根の昆布和え ほうれん草のふわふわ汁 フルーツ	ご飯 鰆のコーンマヨネーズ焼き かぼちゃのそぼろ煮 白菜のすまし汁 フルーツ	ご飯 豚肉の磯焼き マカロニサラダ 豆腐の味噌汁 フルーツ	野菜クッパ ベイクドポテト 大根の中華和え フルーツ	パン 味噌ラーメン 大豆のレーズン煮 青菜のひじき和え フルーツ
黒蜜抹茶くずもち 飲むヨーグルト	五平餅 お茶	ピザパン 牛乳	りんごゼリー 牛乳	枝豆昆布おにぎり お茶
14	15	16	17	18
木の葉丼ぶり 里芋の煮物 ほうれん草のおかか和え フルーツ	パン チキンステーキ ブロッコリーのマヨサラダ 和風ポトフスープ フルーツ	ドライカレー ししゃものパン粉焼き パプリカサラダ フルーツ	ご飯 焼肉炒め こんにゃくのコロコロ煮 きのこの味噌汁 フルーツ	ご飯 鮭の味噌マヨネーズ焼き 白菜と揚げの煮物 わかめのすまし汁 フルーツ
鬼まんじゅう 牛乳	チーズおかかおにぎり お茶	カルピスゼリー 牛乳	黒米さつまいもご飯 お茶	麩の青のりスナック 牛乳
21	22	23	24	25
マーボーなす丼 かぼちゃのオーブン焼き もやしの中華風酢の物 フルーツ	ご飯 カレイのチーズ焼き ほうれん草と白菜の和え物 さつまいもの味噌汁 フルーツ	パン・フライドチキン ウインナー フライドポテト ブロッコリーのツリーサラダ 粒コーンクリームスープ フルーツ	ご飯 ポークソテー サラダスパゲティー 大根の味噌汁 フルーツ	ハヤシライス 切干大根の煮物 小松菜の磯香和え フルーツ
ストーンクッキー 牛乳	梅昆布おにぎり お茶	ココアカップケーキ・牛乳	鶏そぼろおにぎり お茶	あべかわマカロニ 牛乳
28	29	30	31	
パン 年越し肉うどん さつまいもと昆布の煮物 ゆかり和え フルーツ わかめとじゃこのおにぎり お茶				