

12月1日(月)

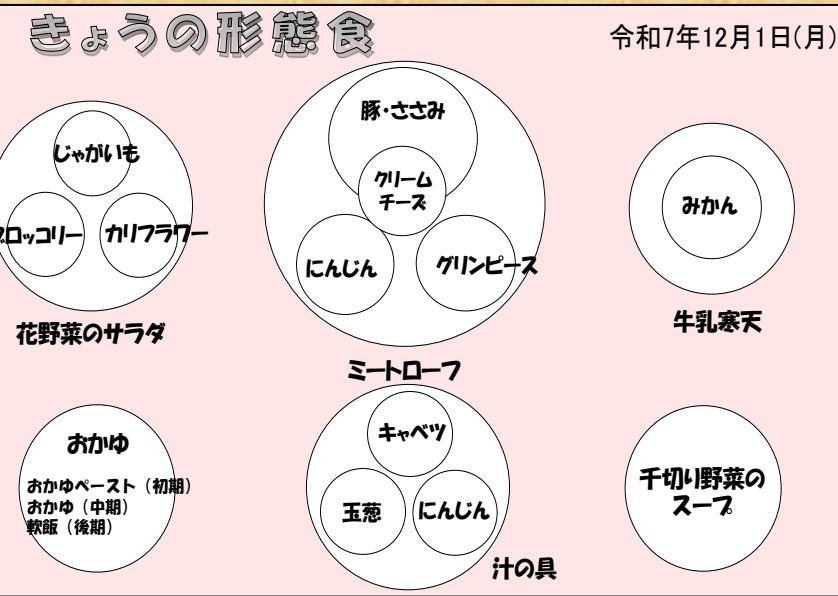
牛乳  
ごはん  
千切り野菜のスープ  
ミートローフ  
花野菜のサラダ  
牛乳寒天

花野菜とは、食用の花や、花のつぼみを食べる野菜のことで、今日はサラダにブロッコリーとカリフラワーを使っています。

後期食



中期食



普通食



初期食



12月2日(火)

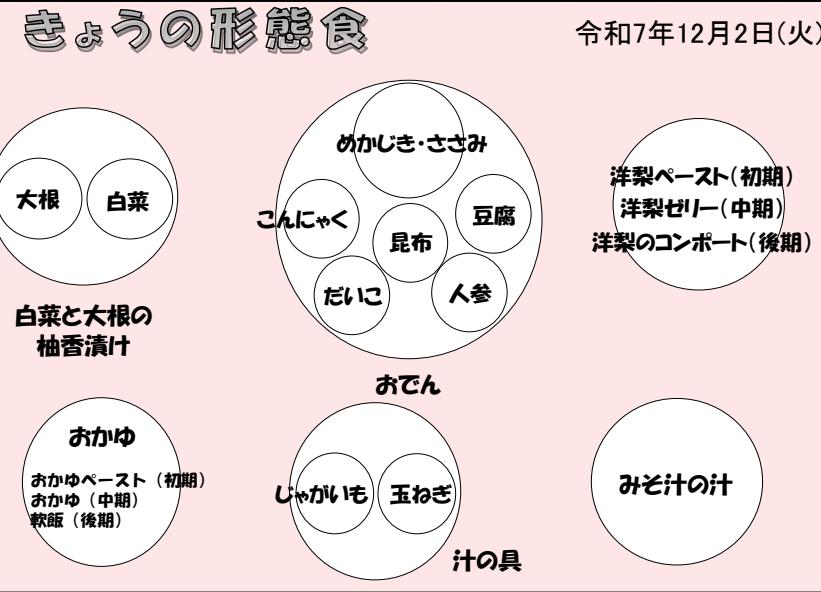
牛乳  
ごはん  
みそ汁(じゃがいも、玉ねぎ)  
おでん  
白菜とだいこんの柚香漬け  
洋梨のコンポート

おでんは、野菜や鶏肉、練り製品など、10種類の具材をだしでじっくり煮込んでいます。寒い冬に温かいおでんはホッとしますね。

後期食



中期食



普通食



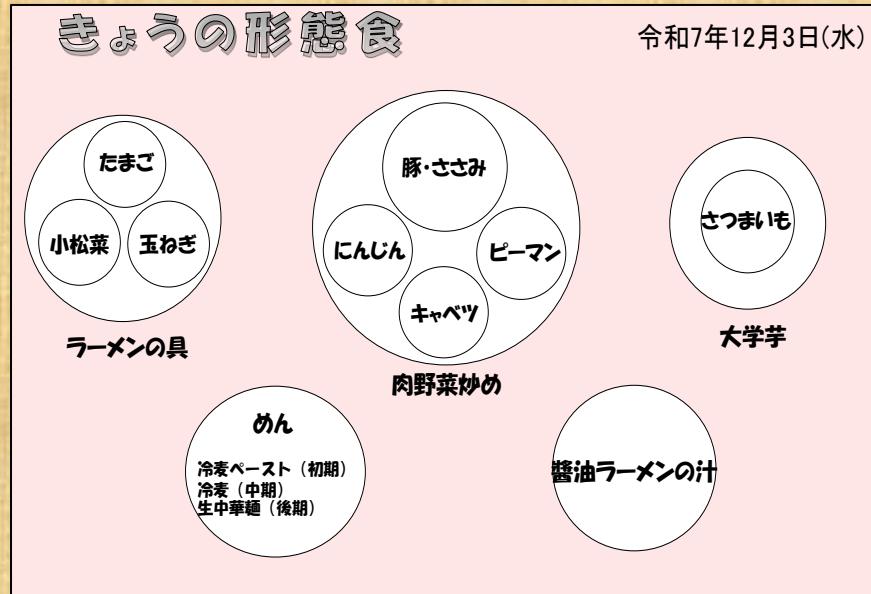
初期食



12月3日(水)

牛乳  
醤油ラーメン  
肉野菜炒め  
大学芋

鰹節、昆布、煮干しのだしを使い、  
麺はストレート中華麺。具は小松菜、  
ゆでたまご、ねぎ。  
スープまで飲みたくなる、さっぱり  
とした醤油ラーメンです。



普通食



後期食



中期食



初期食

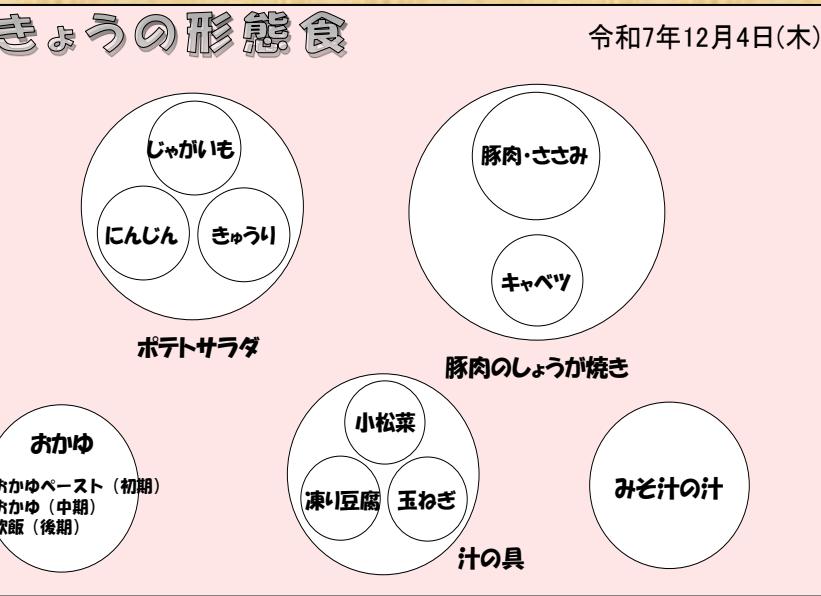


12月4日(木)

牛乳  
ごはん  
みそ汁(小松菜、高野豆腐)  
豚肉のしょうが焼き  
ゆでキャベツ  
ポテトサラダ

しょうが焼きは、下味をつけた豚ロースの小間肉をオーブンで焼いてから、とろみのついたたれをからめています。

後期食



中期食



普通食



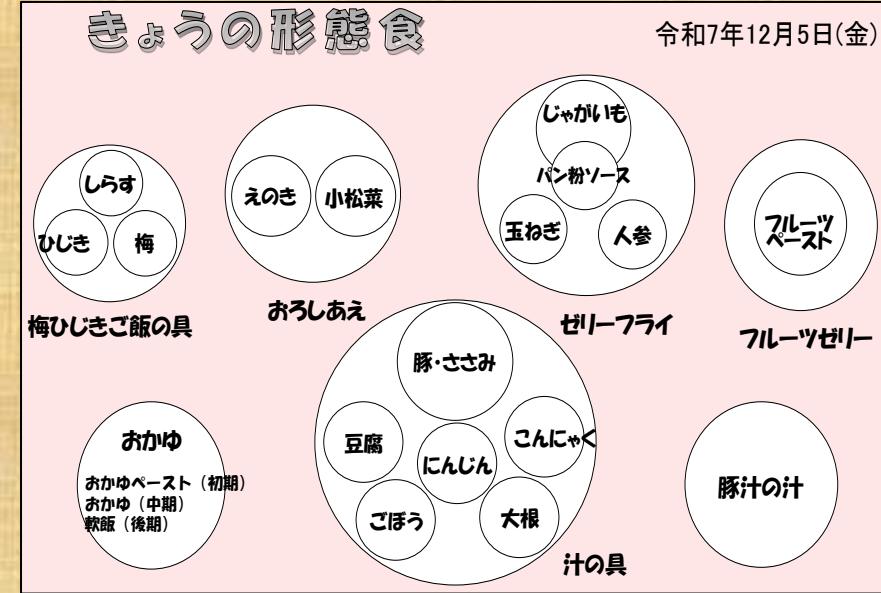
初期食



12月5日(金)

牛乳  
梅ひじきごはん  
豚汁  
ゼリーフライ  
おろし和え  
フルーツゼリー

ゼリーフライは埼玉県行田市のご当地グルメで、じゃがいもとおからを使った、衣のないコロッケのような料理です。小判(銭)の形をしていることから、「ぜにフライ」と呼ばれ、それが変化して「ゼリーフライ」になったそうです。



普通食



後期食



中期食



初期食

