

今月の行事・献立表

住所 沖縄県豊見城市
翁長141番地
電話(098)850-6452

| 12月の行事予定 | | | | 備考 |
|----------|------------|--------|------------------|----|
| 1日(火) | 図書館の日 | 17日(木) | 健康相談日 | |
| 3日(木) | 健康相談日 | 21日(月) | 買い物デー | |
| 7日(月) | 買い物デー | 22日(火) | 図書館の日 | |
| 8日(火) | ムーチー作り・お茶会 | 25日(金) | 誕生会・クリスマス会・ビンゴ大会 | |
| 〃 | 図書館の日 | 28日(月) | 買い物デー・御用納め | |
| 9日(水) | 厨房消毒 | | | |
| 14日(月) | 買い物デー | | | |
| 15日(火) | 図書館の日 | | | |

| 12月の献立表(昼食) | | | | | | |
|---|-----------------|------------------|--------------|----------------|---|-----------|
|  | 1日(火) | 2日(水) | 3日(木) | 4日(金) | 5日(土) | |
| | ごはん | ごはん | 炊き込みご飯 | きつねうどん | ごはん | |
| | 魚汁 | 豆腐味噌汁 | 大根味噌汁 | もずくかき揚げ | しんじ物 | |
| | 麩いりちー | 鶏肉とマッシュルームのクリーム煮 | 赤魚の唐揚げねぎ甘酢だれ | ほうれん草和え物 | きんぴらごぼう | |
| | にがうりウサチー | 人参とピーマン炒め物 | からし菜炒め | みかん | トマトとしらすのサラダ | |
| りんご | きゅうりとアボカドの黒胡椒和え | おかかトマト | | いんげん甘煮 | | |
| 6日(日) | 7日(月) | 8日(火) | 9日(水) | 10日(木) | 11日(金) | 12日(土) |
| もちきびごはん | ごはん | ごはん | 和風スパゲティ | ごはん | ごはん | うな井 |
| キャベツ味噌汁 | クラムチャウダー | 白いか汁 | コールスローサラダ | なめこ味噌汁 | さんとう菜味噌汁 | 玉ねぎ味噌汁 |
| 焼き豚 | サーモンのカレーニエル | 野菜チャンプルー | プルーンゼリー | さばと大葉の味噌焼き | 豚肉煮しめ | かぶとツナの煮物 |
| 小松菜とベーコンのバター醤油炒め | ほうれん草としめじのゆず浸し | こんにやく白和え | | 人参の塩きんぴら | 結び昆布千切り大根いりちー | きゅうり酢の物 |
| | セロリと人参の甘辛炒め | | | 豆腐の小松菜カニカマあんかけ | キャベツ胡麻和え | |
| 13日(日) | 14日(月) | 15日(火) | 16日(水) | 17日(木) | 18日(金) | 19日(土) |
| 麦ごはん | 塩ねぎ焼きそば | うこんごはん | ごはん | ごはん | カレーライス | ごはん |
| 豆腐味噌汁 | コーンスープ | ゆし豆腐 | イナムドチ | なめこ味噌汁 | 白菜のイタリアンサラダ | なめこ味噌汁 |
| かれい唐揚げ | もずくかき揚げ | さんま塩焼き | ゴーヤーチャンプルー | 鮭の生姜焼き | フルーチェ | 鶏の唐揚げ |
| ほうれん草ピーナツ和え | 大根と梅干しのサラダ | 白菜と豚肉の春雨煮 | 昆布いりちー | 八宝菜 | | 肉じゃが |
| ヌンクー小 | りんご | 白豆の甘煮 | きゅうりウサチー | トマトときゅうりのサラダ | | トマトのごま酢和え |
| 20日(日) | 21日(月) | 22日(火) | 23日(水) | 24日(木) | 25日(金) | 26日(土) |
| もちきびごはん | ごはん | 黒米ごはん | 焼うどん | オムライス | 誕生会 | 麦ごはん |
| 豆腐味噌汁 | 玉ねぎ味噌汁 | おでん風 | なす味噌汁 | 春雨スープ | 特別献立 | 大根味噌汁 |
| さわらの幽庵焼き | 豚肉のプルコギ風 | トマトあえ物 | 千草焼き | エビフライ |  | 赤魚煮付け |
| 豆苗と人参のツナ炒め | パンプキンコロッケ | フルーツ | トマトのごま酢和え | コールスローサラダ | | 春菊磯辺和え |
| さやいんげんからし醤油和え | アボカドとトマトのマリネ | | ネーブル | ゼリー | | |
| 27日(日) | 28日(月) | 29日(月) | 30日(月) | 31日(月) |  | |
| ごはん | ハヤシライス | ごはん | ごはん | 沖縄そば | | |
| なす味噌 | 海藻サラダ | 豆腐味噌汁 | 魚汁 | こんにやく白和え | | |
| うちな一天ぷら | 果物サラダ | 野菜チャンプルー | 麩いりちー | さつまいも天ぷら | | |
| ゴーヤーチャンプルー | | メンチカツ | ニガウリうさちー | | | |
| かぼちゃ煮物 | | 長いものゆかり和え | みかん | | | |

※上記献立は都合により変更する場合があります