

12月きゅうしょくこんだてひょう

日	曜日	しゃぶく	パン ごはん お味噌汁	おかず	デザート	きゅうしょくもくひょう
1	火	ぶどうパン 		・マカロニのクリームに ・ほうれん草のソテー		
2	水	はいかごはん 		・みそおでん ・にびたし ・なっとう		
3	木	ドッグパン 		・いりたまご ・ワンタンスープ	みかん 	
4	金		ごましお 汁	・たらちり ・きんぴら		
7	月	はいかごはん 		・おやこぼんのぐ ・みそしる	ことうめ 	
8	火	くろパン 		・ホワイトビーンズシチュー ・にんじんグラッセ	りんご 	
9	水	むきごはん 		・ふたにくとだいのんのもの ・みそしる ・じゃこのいりに		
10	木	はいかパン 		・メンチカツ ・ポイルドブロッコリー ・ミネストローネ		
11	金			・さほのみそに ・おひたし ・けんちんじる		
14	月	はいかごはん 		・マーボー豆腐 ・ちゅうかあえ	みかん 	
15	火	しゃぶパン 	イタリアン パスト	・かぼちゃポタージュ ・かぶとブロッコリーのサラダ		
16	水	はいかごはん 		・さけそぼろ ・ごもくまめ ・すましじる		
17	木	むきごはん 		・さんまのかばやき ・いためなます ・みそしる		
18	金	ロールパン 		・ボルシチ ・さつまいもとりんごのあまに		
21	月	はいかごはん 		・ひじきごはんのぐ ・アみれじる ・かぼちゃのそぼろあんかけ		
22	火	まるパン 		・とりにくのからあげ ・やさしいスープに	りんごゼリー 	

環境を整えてなごやかに会食しましょう。
 だれとでも仲よく食事をする工夫をしましょう。
 会食にふさわしい雰囲気をつくりましょう。


