

# 2021年12月分献立表

夕		12月6日	12月13日	12月20日	12月27日	
月曜日		紅鮭焼き キャベツと干しえび炒め かぼちゃ含め煮 しば漬け 牛乳寒天	赤魚の粕漬け焼き 人参と糸こんにゃく和え お浸し たかな漬け みかん	ポークソテーりんごソース 切干大根煮つけ 長芋三杯酢 たくわん 紅茶ゼリー	酢豚 ふろふき大根 春雨中華和え物 昆布佃煮 りんご	
夕		12月7日	12月14日	12月21日	12月28日	
火曜日		厚揚げと豚肉炒め かぶのかにあん 肉じゃが 昆布佃煮 さつまいものレモン煮	さんまの蒲焼風 大根とバラ肉炒め物 酢の物 相馬漬け 牛乳ゼリー	あじのフライ 五目卵焼き 小松菜煮浸し おみ漬け 金時煮豆	さけ寿司 煮物 春菊胡麻和え 酢の物 つけもの パイナップル	
夕		12月1日	12月8日	12月15日	12月22日	
水曜日		鶏肉のから揚げ葱ソース 野菜サラダ 里芋の煮物 べったら漬け 柿	八宝菜 中華風なます ポテトミルク煮 白菜漬け バナナ	おでん 揚げ出し豆腐 わかめの酢の物 べったら漬け コーヒーゼリー		
夕		12月3日	12月10日	12月17日	12月24日	
金曜日		ロールキャベツ がんと昆布の煮物 お浸し つぼ漬け ごま団子	カキフライ ポテトサラダ お浸し サケ味噌 グレープゼリー	鶏肉とブロッコリー炒め れんこんきんぴら 酢の物 白菜漬け オレンジ	ローストチキン マカロニサラダ 野菜きんぴら つけもの ババロア <b>クリスマス行事食</b>	

高齢者配食サービス「ほっと亭」  
 連絡先 長町病院友の会内「ほっと亭」 電話 022-3308-5030  
 材料などの調達ができませんかった場合はメニューの一部がかわります。