

ミライプロジェクト新瑞橋

令和6年12月

献立表（前半）

月	火	水	木	金	土
					
2	3	4	5	6	7
ご飯 牛焼肉 あさりとキャベツの酢の物 味噌汁 401kcal	雑穀米ご飯 タラの塩麹焼き 大豆と大根の煮物 味噌汁 400kcal	ご飯 お魚色々定食 (惣菜、味噌汁) 450kcal	ご飯 カニクリームコロッケ 野菜の洋風煮 オニオンコンソメスープ 523kcal	ご飯 味噌だれチキン マカロニサラダ お吸い物 497kcal	ご飯 豚ロースマリネ さつま芋と豆昆布の和え物 味噌汁 485kcal
中華丼	鶏ささみ南蛮丼	インディアンスパゲティ(カレー風味)	焼うどん	きのこあんかけうどん(温)	親子丼
9	10	11	12	13	14
ご飯 あじフライ ブロccoliのお浸し 味噌汁 440kcal	ご飯 サンマのみぞれ煮 かぼちゃの含め煮 味噌汁 461kcal	ご飯 豚生姜焼き ゴボウサラダ 味噌汁 562kcal	ご飯 白身魚の野菜あんかけ ひじき煮 味噌汁 400kcal	ちらし寿司 ピーマンの肉詰め 厚揚げの彩炒め 味噌汁 453kcal	雑穀米ご飯 チキン南蛮 キャベツの酢の物 オニオンコンソメスープ 525kcal
たぬき蕎麦(温)	カレーライス	焼きそば	甘辛チキン丼	かき揚げ&野菜天蕎麦(温)	揚げ玉豆腐丼

ミライブプロジェクト新瑞橋 令和6年12月 献立表(後半)

月	火	水	木	金	土
16	17	18	19	20	21
雑穀米ご飯 サバの照り焼き あさりとキャベツの酢の物 味噌汁 457kcal	ちらし寿司 信田煮 ふきと筍の塩きんぴら お吸い物 504kcal	五目御飯 サケの塩焼き 海老と大根の煮物 味噌汁 431kcal	ご飯 ミニチキンカツ 緑野菜のペペロンチーノ コーンスープ 473kcal	ご飯 カレイの西京焼き 炒り豆腐 味噌汁 411kcal	ご飯 照り焼きハンバーグ じゃがいもの煮物 味噌汁 533kcal
ナポリタンスパゲティ	きつね蕎麦(温)	カレーチャーハン	かけ蕎麦(温)	照り焼きチキン丼	中華あんかけうどん(温)
23	24	25	26	27	28
ご飯 お魚いろいろ定食 黒酢春雨サラダ 中華スープ 500kcal	チキンライス 唐揚げ 花野菜の洋風煮 オニオンコンソメスープ 670kcal	ご飯orパン ビーフシチュー お楽しみ惣菜 550kcal	雑穀米ご飯 ささみフライ 五目きんぴら 味噌汁 532kcal	ご飯 鶏肉のおろしポン酢ソース かぼちゃのクリーム煮 味噌汁 418kcal	ご飯 ブリの生姜煮 木の実和え 味噌汁 543kcal
味噌だれチキン丼	きのこあんかけうどん(温)	鶏蕎麦(温)	麻婆豆腐丼	ミートソーススパゲティ	チキン南蛮丼



* 選択メニューには副菜等も含まれます。

* メニューは変更となる場合があります。