

令和七年度

紅葉御膳

❁ 紅葉ご飯

❁ 旬菜天麩羅

メ鯛、むき栗、
毬栗、舞茸

❁ 鶏の紅葉焼

❁ 松茸饅頭

❁ 清汁

紅葉樺薯、厚揚げ、
水菜 きざみ柚子

❁ 甘味

柿豆腐、柿



特別養護老人ホーム

矢那梅の香園

令和七年十一月七日

社会福祉法人
梅香会
特別養護老人ホーム
矢那梅の香園

2025年12月 献立表



	12/1(月)	12/2(火)	12/3(水)	12/4(木)	12/5(金)	12/6(土)	12/7(日)
朝食	米飯 味噌汁(麩) さつま揚げと小松菜の甘辛炒め 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(えのき) いかボールの中華煮 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(水菜) 肉詰めいなり煮 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(ほうれん草) 厚揚げ煮 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(オクラ) つみれと冬瓜の煮物 青菜のお浸し ヨーグルト	米飯 味噌汁(油揚げ) みそ玉子 キャベツの生姜和え ヨーグルト	米飯 味噌汁(ほうれん草) スクランブルエッグ スナップピースの和えもの ヨーグルト
昼食	米飯 すまし汁(豆腐) 豚肉の葱味噌焼き 豆乳つみれと野菜の煮物 ツナサラダ	米飯 味噌汁(花麩) 赤魚の煮つけ 餃子 オクラと若布の酢の物	炊き込みご飯 味噌汁(はくさい) 白身魚のフライ チリソースかけ 切り昆布煮 ごぼうサラダ	米飯 味噌汁(南瓜) 鶏肉のピカタ カリフラワーのサラダ フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁(豆腐) サバのから揚げ野菜あん 一口がんもの煮物 もずく酢	米飯 中華スープ(なると) 豚キムチ炒め 春雨サラダ フルーツ(マンゴー缶)	米飯 すまし汁(花麩) 赤魚の粕漬焼き 炊き合わせ 白菜のゆかり和え
夕食	米飯 味噌汁(じゃが芋) 白身魚のパン粉焼き 大根そぼろ煮	米飯 すまし汁(そうめん) 鶏肉コチュジャン焼き ブロッコリーの炒め物	米飯 すまし汁(椎茸) ぎせい豆腐生姜おろしあん もやしと鶏レバー炒め	米飯 すまし汁(わかめ) タラの酒蒸し 茄子の肉味噌かけ	米飯 味噌汁(大根) 親子煮 レンコンサラダ	米飯 すまし汁(麩) 鯖の山椒焼 かぼちゃのいとこ煮	米飯 味噌汁(冬瓜) 肉じゃが いんげんの炒め物
	12/8(月)	12/9(火)	12/10(水)	12/11(木)	12/12(金)	12/13(土)	12/14(日)
朝食	米飯 味噌汁(モヤシ) しらす納豆 春菊と油揚げの煮浸し ヨーグルト	米飯 味噌汁(わかめ) 車麩の旨煮 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁(キャベツ) 海老団子煮物 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩) ウインナーと野菜の炒め物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜) ミートボール 小松菜の辛子和え ヨーグルト	食パン コンソメスープ(マッシュルーム) オムレツ 白菜サラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(さつまいも) はんぺん磯辺焼 ゆずみそ ヨーグルト
昼食	米飯 味噌汁(キャベツ) チキン南蛮 ひじきの煮物 フルーツ(りんご缶)	米飯 すまし汁(そうめん) 鯖の味噌煮 煮奴 胡瓜とかにかまの胡麻酢和え	米飯 味噌汁(油揚) ハンバーグ 和風おろしソース スナップピースのサラダ パインムース	ハヤシライス コールスローサラダ フルーツ(みかん缶) ヤクルト	ソース焼きそば 味噌汁(わかめ) ブロッコリーとコーンサラダ ブルーチェ	米飯 すまし汁(豆腐) あじの大葉西京焼き 切干大根の煮物 フルーツ(白桃缶)	米飯 中華スープ(卵) ホイコーロー 春雨のサラダ 杏仁フルーツ
夕食	米飯 味噌汁(青梗菜) ほっけの塩焼き 根菜の炒め煮	米飯 味噌汁(しめじ) 豚肉の塩ダレ炒め さつま芋のオレンジ煮	米飯 すまし汁(はんぺん) 白身魚のタルタルソース焼き レバーと野菜の炒め物	米飯 味噌汁(青梗菜) ブリ大根 ささみオクラ和え	米飯 すまし汁(わかめ) たらのちゃんちゃん焼き風 にら饅頭	米飯 味噌汁(冬瓜) 豚肉生姜焼 温野菜サラダ	米飯 味噌汁(里芋) ますの茸ソースかけ ほうれん草ソテー
	12/15(月)	12/16(火)	12/17(水)	12/18(木)	12/19(金)	12/20(土)	12/21(日)
朝食	米飯 味噌汁(油揚げ) キムチ納豆 レンコンの煮物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(インゲン) 温泉卵 ごぼうの炒り煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ) さんまの蒲焼き キャベツの梅和え ヨーグルト	米飯 味噌汁(もやし) 豚肉と里芋の煮物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(椎茸) 肉団子甘辛煮 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(わかめ) 高野豆腐の煮物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩) 魚肉ソーセージ炒め たいみそ ヨーグルト
昼食	三色丼 味噌汁(大根) ポテトとキャベツの辛子マヨ みかんゼリー	チャーハン 中華スープ(きのこ) もやし中華風和え物 マンゴープリン	米飯 味噌汁(青梗菜) 鶏の唐揚げ 甘酢ネギソース 冬瓜のかにあんかけ フルーツ(パイン缶)	米飯 すまし汁(そうめん) 鯖のごま味噌焼き 小松菜と桜海老のソテー フルーツ(洋ナシ缶)	米飯 味噌汁(茄子) 豚肉とニラもやし炒め じゃが芋の旨煮 オクラのボン酢和え	米飯 味噌汁(菜の花) 鯖の蒲焼風 蓮根の柚子胡椒炒め フルーツ(りんご缶)	米飯 味噌汁(里芋) 鶏肉梅おほか焼き 田舎煮 もやしと青菜の和え物
夕食	米飯 すまし汁(エリンギ) さわらの照り焼き がんもの含め煮	米飯 味噌汁(しめじ) 肉豆腐 揚げ茄子のドレッシング和え	米飯 味噌汁(しいたけ) 赤魚の塩麹焼き 厚揚げのそぼろ煮	米飯 味噌汁(葉大根) おでん風煮 菜の花のマヨ和え	米飯 すまし汁(玉子豆腐) ぶりのみぞれ煮 スナップピースとチーズの和え物	米飯 味噌汁(油揚) 千草焼き 白滝のたらこ炒め	米飯 味噌汁(白菜) 白身魚のJ-マヨネーズ焼き いんげんの炒め煮
	12/22(月)	12/23(火)	12/24(水)	12/25(木)	12/26(金)	12/27(土)	12/28(日)
朝食	米飯 味噌汁(なめこ) えび団子の煮物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(青梗菜) 厚焼き玉子 白菜のボン酢和え ヨーグルト	米飯 味噌汁(いんげん) 竹輪の炒り煮 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁(椎茸) しそ納豆 ほうれん草のおかか煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋) 玉子ロール しらす和え ヨーグルト	食パン コーンスープ ミートボールコンソメ煮 マカロニサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(白菜) 野菜と卵の炒め物 ふりかけ ヨーグルト
昼食	米飯 豚汁 揚げ出し豆腐そぼろかけ 南瓜の甘煮 胡瓜と春雨の酢の物	米飯 味噌汁(油揚げ) タラの唐揚げ おろしあん さつま芋と切り昆布の煮物 小松菜のカニ和え	米飯 味噌汁(大根) 豚肉と野菜のオイスターソース炒め 冬野菜の煮物 いちごゼリー	シーフードピラフ グリーンピースと四種豆のポターージュ ミートローフ 鮭と鯛のカルパッチョ 南瓜の豆乳味噌グラタン カットケーキ・苺のサンタクロース	ポークカレー カリフラワーのマリネ バナナ ヤクルト	米飯 味噌汁(玉ねぎ) 赤魚のみりん焼き ごぼうサラダ フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁(花麩) 鶏肉のピザ風焼き 蓮根の金平 ブロッコリーサラダ
夕食	米飯 味噌汁(ほうれん草) 鯖の柚庵焼き 野菜炒め	米飯 すまし汁(かまぼこ) 豚肉とキャベツの味噌炒め 揚げ茄子の煮びたし	米飯 すまし汁(はんぺん) 赤魚粕漬焼き がんもの煮物	米飯 味噌汁(水菜) 豆腐ときのこの卵とじ もやしと鶏レバー炒め	米飯 味噌汁(白菜) ますのバター醤油焼き こんにゃくの炒り煮	米飯 きのこスープ チキンソテークリームソース なすとピーマンの炒め物	米飯 すまし汁(わかめ) あじの塩焼き ふろふき大根
	12/29(月)	12/30(火)	12/31(水)	<p>Merry Christmas</p>			
朝食	米飯 味噌汁(なめこ) さんまの蒲焼き キャベツの梅和え ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩) 車麩の煮物 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜) ウインナーソテー 漬物 ヨーグルト				
昼食	ピビンパ丼 玉子スープ かに焼売 杏仁豆腐	米飯 味噌汁(玉ねぎ) さわらの柚子胡椒焼き かぶのとりみ煮 ほうれん草の胡麻和え	年越しそば 厚揚げの甘辛炒め 菜の花の錦糸和え フルーツ(洋梨缶)				
夕食	米飯 味噌汁(豆腐) ブリの生姜焼き 里芋のそぼろ煮	米飯 味噌汁(さつま芋) 柳川風 白菜の青じそ和え	米飯 すまし汁(花麩) タラの粒マスタード焼き スナップと桜エビのソテー				