

2025年 12月 献立表

株式会社雄善フーズ

TEL 080-6965-6673 / FAX 0836-55-5358

	月	火	水	木	金	土	日
	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
朝	海苔マヨ竹輪 キャベツの塩昆布和え 味噌汁 133 7.5 6 2.1	肉団子のケチャップ煮 ほうれん草ときこのお浸し 味噌汁 174 8.9 6.1 2.5	焼き豆腐の煮物 ほうれん草とコーンのソテー 味噌汁 159 9.8 8.5 2	炒り豆腐 胡瓜ともずくの酢の物 味噌汁 126 8.8 5.1 2.2	魚肉ソーセージのフリッター チンゲン菜の中華サラダ 味噌汁 169 8.1 8.4 2.1	焼魚 いんげんと人参のごまおかか炒め 味噌汁 125 9.6 4.7 2.1	ベーコンと野菜のソテー じゃがいものめんつゆバター煮 味噌汁 154 6.6 6.8 2
昼	魚のピリ辛煮 がんもの煮物 けんちん汁 290 22.4 15.1 2.9	豚肉のスタミナ炒め ブロッコリーカニカマサラダ 味噌汁 345 26.5 18.5 2.9	魚のオニオンソース ポトフ 味噌汁 300 20.3 17.5 2.8	チンジャオロース 大学芋 白菜スープ 328 14.7 16.3 2.1	魚の煮付け 高野豆腐のそぼろあん 味噌汁 359 31.3 21.3 2.5	茄子と豚肉のオイスターボン酢 ドレッシング和えサラダ 清汁 302 17.1 21 2.6	ごまコラーキン ぜんまいの煮物 味噌汁 263 15.6 14.3 2.6
タ	鶏じゃが炒め 小松菜とエビのパペロン炒め 味噌汁 304 20.4 17.2 2.8	魚のごま焼き 豚キムチ 清汁 243 22.5 16.6 2.6	チキンのトマトクリーム煮 ひじきと豆のサラダ 清汁 340 19.2 23.3 2.6	魚のバターじょうゆ焼き 肉豆腐 味噌汁 315 21.4 19.1 2.5	チキン竜田 キャベツと竹輪の和え物 ベーコンのスープ 251 17.4 14.9 2.6	魚のフライタルタルソース 筑前煮 味噌汁 333 22.2 18.1 2.4	塩ダレポーク丼 ふるふき大根 中華スープ 357 23.1 21.5 3.2
	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
朝	チンゲン菜の洋風チーズ炒め 厚揚げこんにやくおかか和え 味噌汁 171 8.2 11.9 2.1	五目豆 卵と野菜のソテー 味噌汁 168 9.6 9 2	揚げだし豆腐 豚肉の野菜炒め 味噌汁 146 7 8.8 1.5	卵の花 スタッフエンドウとコーンのソテー 味噌汁 169 8.4 8.4 2	大根と鶏肉の煮物 ささみといんげんのソテー 味噌汁 156 14.5 6.9 2.1	茄子の南蛮漬け ひじきとさつま揚げの煮物 味噌汁 122 4.2 3.9 2.6	竹輪と野菜のごま炒め 里芋の煮っころがし 味噌汁 113 5.1 2.9 2.1
昼	ハヤシライス 胡瓜とカニカマの酢の物 清汁 331 21.6 16.9 3.7	魚の柚庵焼き 南瓜の豚肉あんかけ けんちん汁 279 24 10.3 2.6	鶏のみぞれ煮 チンゲン菜としらすの炒め物 味噌汁 262 14.9 17.3 2.8	魚のみそネーズソース ひじきの炒り豆腐 清汁 291 25 18.2 2.4	鶏チリ 大根とわかめのツナ和え 味噌汁 293 17.3 18.3 2.8	魚の中華レモン蒸し 野菜ビーフン ミネストローネ 342 19.2 16.2 2.4	鶏の照り焼き 白菜と豆腐のとう煮 トマトスープ 303 20.6 17.7 2.9
タ	☆魚のネギボン酢 じゃが芋とツナの煮物 味噌汁 242 20.9 6 3.1	豚バラ大根 ほうれん草と卵のナムル 清汁 299 12.2 24.2 2.3	魚のホワイトソース 豚と茄子ビーマン味噌炒め トマトスープ 334 24.1 19.8 2.3	八宝菜 南瓜のそぼろあんかけ 味噌汁 326 21.6 12.5 3.3	魚のかば焼き 小松菜と油揚げの煮浸し 清汁 294 21.2 15.1 2.9	焼肉 里芋とイカの煮物 味噌汁 292 19.3 14.9 2.9	魚のムニエル 豚肉と大根の煮物 きのこ汁 309 20.7 21 1.8
	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
朝	焼魚 きのこことハムのソテー 味噌汁 160 12.9 10.4 1.7	厚揚げと高菜の卵炒め 小松菜人参ナムル 味噌汁 146 9.2 9.4 2.4	目玉焼き カニカマ豆腐キャベツ炒め 味噌汁 166 11.5 10.1 2.1	ぜんまいの煮物 マカロニのケチャップ炒め 味噌汁 184 7.4 6.7 2.5	ほうれん草とハムのスープ煮 野菜の揚げ浸し 味噌汁 162 6.1 8.2 1.9	ひき肉と豆腐のにら炒め カリフラワーの和え物 味噌汁 198 13.8 11.5 2	ジャーマンポテト もやしのおかか和え 味噌汁 192 6.4 13.5 1.8
昼	魚の香りみそ煮 いんげんと春雨の中華炒め煮 味噌汁 335 21.9 19 3	回鍋肉 大根の中華あん 白菜とベーコンのスープ 318 13.4 24.3 2.8	魚のみぞれあんかけ 野菜炒め ささみとニラのスープ 281 22.9 14.2 2.6	とんかつ チンゲン菜とハムのクリーム煮 味噌汁 287 12.6 14.6 2.2	魚のポテト焼き キャベツベーコン蒸し スープ 263 18.8 16.8 1.9	魚のトマバタしょうゆ風味 コールスローサラダ 味噌汁 259 16.4 16.2 2.1	鶏のソースカツ キャベツとツナのゆずボン酢和え 味噌汁 262 24 7.9 2.5
タ	チキン南蛮 野菜のわさびじょうゆ和え 清汁 281 17.2 16.8 2.5	魚のカレーフライ えびとブロッコリーのサラダ 味噌汁 320 22.7 20.3 1.7	チキンチャップ かにかまときゅうりの和え物 味噌汁 289 16.7 16.8 2.9	焼き魚 じゃがいもの塩昆布マヨサラダ 味噌汁 268 17.3 18.9 1.8	チャンボン フライ デザート 576 27.5 17.6 6.4	ポークジンジャー 小松菜の塩昆布ツナ和え 中華スープ 269 20.3 15.9 2.4	魚のみそにんにく焼き 茄子と厚揚げのみぞれ煮 清汁 280 18.9 15.8 2.6
	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
朝	卵とウィンナーと野菜ソテー 白菜と油揚げの煮浸し 味噌汁 181 8.9 11.5 2.1	焼魚 切干大根煮 味噌汁 119 8.7 4.6 2	じゃがいもの甘辛煮 ウィンナーと小松菜のソテー 味噌汁 163 5.5 9.7 2.1	卵とチンゲン菜とコーンのソテー もやしのゴマ酢和え 味噌汁 160 8.7 9.6 1.6	ツナとキャベツの和え物 高野豆腐の煮物 味噌汁 119 8.4 5.5 1.9	エビビーフン いんげんとしゃが芋のオイスター炒め 味噌汁 203 8.5 7.4 2.6	ビーフン高菜炒め 小松菜の胡麻和え 味噌汁 145 5.6 3.6 1.7
昼	魚の照り焼き 海鮮野菜炒め 中華スープ 279 22.9 15.1 2.4	焼き鳥丼 白和え 味噌汁 303 20.4 15.9 2.5	魚のキノコあんかけ 竹輪と人参の塩金平 わかめスープ 255 19.2 13.2 2.5	サイコロステーキ 南瓜サラダ ミネストローネ 375 12.2 26.6 2.6	魚のコンクリームソース 厚揚げとエリンギの煮物 清汁 306 26.2 16.3 2.4	和風BBQポテトチキン とろみ野菜炒め 清汁 284 18.7 15 3.1	豚と玉葱の南蛮漬け ブロッコリーのあんかけ 雷汁 366 22.2 22.3 2.3
タ	コロッケとフライ 大根と人参のマリネ 味噌汁 323 7.5 15.7 2.5	魚の玉葱煮込み ニラ卵豚もやし コンソメスープ 337 21.8 23.8 2.6	肉団子の甘酢あんかけ ひじき大豆煮 味噌汁 319 14.5 18.6 3.1	魚のオーロラソース 小松菜とささみの塩炒め 清汁 253 22.2 12.5 2.3	チキンソテーネギ塩レモンだれ さつま芋とりんごの煮物 味噌汁 367 14.7 19 2.2	ブルコギ 鶏肉と大根の煮物 わかめスープ 251 19.2 13.2 2.8	みそだれチキン 切干大根の中華和え ほうれん草の中華スープ 273 20.2 13.4 2.5
	29日	30日	31日				
朝	肉団子のクリーム煮 胡瓜とワカメの酢の物 味噌汁 171 9.5 7.9 2.6	大根とイカの煮物 ブロッコリーとツナソテー 味噌汁 120 10.1 4.2 2.2	厚揚げのごまみそ和え オクラのおかか和え 味噌汁 149 8.9 7.2 1.7				
昼	魚のバター醤油焼き じゃがいもビーマン中華炒め 清汁 257 17.4 12.5 2.6	豚ニラたま 茄子の煮浸し 味噌汁 311 16.1 20.3 2.9	魚のネギ塩だれ焼き 野菜炒め 清汁 240 19.7 13.5 2.5				
タ	チキンソテー～和風リ～ 厚揚げと小松菜の煮物 味噌汁 291 20.9 17.7 2.5	魚のらっきょうソース 肉じゃが 白菜とベーコンのスープ 332 19.8 18.2 2.3	牛丼 ドレッシング和えサラダ 味噌汁 367 12.8 25.8 3.6				

※食材の入手等の関係で献立を変更することがあります