



予定献立表



玄海園

	12月2日(月)	12月3日(火)	12月4日(水)	12月5日(木)	12月6日(金)	12月7日(土)	12月8日(日)
朝食	御飯普通盛 味噌汁(豆腐・油揚) 竹輪と昆布の煮物 のりの佃煮 (〃)	御飯普通盛 味噌汁(じゃが芋・玉葱) 厚焼き玉子 ふりかけ (梅びしお)	御飯普通盛 味噌汁(白菜・しめじ) 豚じゃが 生姜佃煮 (たいみそ)	御飯普通盛 味噌汁(ナス・油揚) 大根の煮物 しそ昆布 (のりの佃煮)	御飯普通盛 味噌汁(南瓜・玉葱) 鶏みそ ちりめん山椒 (梅びしお)	御飯普通盛 味噌汁(さつまいも・わかめ) 鶏とごぼうの炒り煮 味の花 (たいみそ)	御飯普通盛 味噌汁(大根・エノキ) 白菜の煮浸し しそワカメ (のりの佃煮)
昼食	御飯普通盛 鱈の西京焼き ハムと胡瓜の酢の物 かき玉汁	御飯普通盛 鮭のちゃんちゃん焼き マカロニサラダ 沢煮椀	御飯普通盛 鶏の南蛮漬け さつまいもの甘煮 すまし汁(蒲鉾・玉ねぎ)	豚丼(コ・炊) カニカマ入り酢の物 (ミ:キャベツ和え物) 八珍味噌汁	御飯普通盛 白身魚のムニエル ミートボール コンソメスープ	御飯普通盛 ハンバーグ(トマトソース) 野菜サラダ 味噌汁(じゃが芋・油揚)	おにぎり チャンポン 厚揚げ煮付け ヨーグルト
間食	牛乳 クリームコンフェ (ムース)	牛乳 杏仁フルーツ (ゼリー)	牛乳 ドーナツ (ミルクスイーツ)	牛乳 ヨーグルト和え (ヨーグルト)	牛乳 たい焼き (水ようかん)	牛乳 クリームブッセ (ミルクスイーツ)	牛乳 芋羊羹 (〃)
夕食	御飯普通盛 鶏肉のマーマレード照り焼 里芋の含煮 すまし汁(はんぺん・玉葱)	御飯普通盛 豚ともやしの炒め 法連草のピーナッツ和え 青梗菜とカニのスープ	御飯普通盛 オムレツ(ケチャップ) ブロッコリーとキノコの炒め物 人参のスープ	御飯普通盛 魚の塩焼き 青菜と竹輪の煮物 すまし汁(ふ・干椎茸)	御飯普通盛 すき焼き風煮 ブロッコリーとツナの和え すまし汁(かぼ・ツツ)	御飯普通盛 豆腐チャンプルー 鶏とこんにゃくの煮物 すまし汁(竹輪・玉葱)	御飯普通盛 魚のおかか煮 もやしのマヨネーズ和え すまし汁(豆腐・わかめ)
成分	エネルギー 1379 水分 900.3 たんぱく質 62.2	1351 1103.4 51.9	1572 1118.8 49.3	1327 1068.8 61.9	1544 1150.1 70.1	1512 993.5 60.8	1546 1136.2 58.6



大相撲 玄海場所

12月5日(木)に日本相撲協会の冬巡業「大相撲 玄海場所」が玄海町社会体育館で開催されます。玄海町での巡業は初めてとなり、横綱照ノ富士をはじめ総勢200名の力士が参加予定となっています。巡業は本場所とはまた違う力士の一面が見えたり、力士との距離が近くこうりゅうできたりして楽しめるのではないのでしょうか?開場は9:00、打ち出し(終了)は15:00となっています

