

サンガーデン府中

月間献立一覧表

2025/12/01 ~ 2025/12/07

常食

日付	朝食	昼食	夕食
12/1 月	赤かぶ粥 野菜の味噌炒め いちごゼリー 牛乳	赤飯 鰯の塩焼き カリフラワーの炒め物 オクラの錦糸和え 花麩のすまし汁	 豚肉と野菜の炒め物 湯豆腐 かぼちゃの和え物
12/2 火	レーズンドッグ 焼きビーフン オレンジゼリー 牛乳	鶏じゃが 竹輪の炒め物 ほうれん草の和え物 白菜の味噌汁	 あじの磯焼き せんまいの炒め煮 いんげんのマヨ和え
12/3 水	卵雑炊 豆腐の生姜煮 ブドウゼリー 牛乳	シルバーのレモン醤油かけ ブロッコリーのカニあんかけ フルーツカクテル缶 うずまき麩の味噌汁	 豚カツ ごぼうのたらこ炒め 冬瓜の塩昆布和え
12/4 木	丸ロール スペaghettiサラダ オレンジゼリー 牛乳	豚肉とがんものの煮物 かぼちゃの甘みそがけ 小松菜の浅漬け風 花麩のすまし汁	 カレイの香味焼き いんげんと桜えびの炒め物 カリフラワーのドレ和え
12/5 金	梅粥 大根とツナの煮物 いちごゼリー 牛乳	鯖の味噌煮 ピーマンの甘辛炒め ヨーグルト おつゆ麩のすまし汁	 豚肉の野菜蒸し 里芋の土佐煮 ブロッコリーのワサビ和え
12/6 土	レーズンドッグ ジャーマンポテト ブドウゼリー 牛乳	ちらし寿司 蓮根の金平 チンゲン菜の和え物 冬瓜のすまし汁	 ハンバーグ和風ソース 小松菜とじゃこの炒め物 切干大根の和え物
12/7 日	丸ロール ポトフ オレンジゼリー 牛乳	鶏肉の塩麹ソース ミニかぼちゃコロッケ 水菜と白菜の和え物 玉葱のスープ	 鮭のにんにく醤油焼き 炒り豆腐 もやしとわかめのごま酢和え

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

藏セントラルキッチン

サンガーデン府中

月間献立一覧表

2025/12/08 ~ 2025/12/14

常食

日付	朝食	昼食	夕食		
12/8 月	赤かぶ粥 しろ菜の卵とじ いちごゼリー 牛乳	カレイの昆布茶焼き 五目豆 ほうれん草のドレッシング和え うずまき麩の味噌汁		豚肉のネギ塩炒め 冬瓜の煮物 オクラのマヨ和え	
12/9 火	レーズンドッグ ツナサラダ ブドウゼリー 牛乳	ポークカレー キャベツのドレッシング和え ヨーグルト		鯖の照り焼き 和風マカロニソテー チンゲン菜の明太子和え	
12/10 水	青菜雑炊 ほうれん草のソテー オレンジゼリー 牛乳	鶏肉の粕漬け焼き ひじき煮 ブロッコリーの和え物 おつゆ麩のすまし汁		茹で豚の薬味だれ 白菜の炒め煮 玉子豆腐	
12/11 木	丸ロール かぼちゃサラダ いちごゼリー 牛乳	シルバーのバター醤油焼き かにのふわふわ天 人参の和え物 もやしの味噌汁		鶏肉の親子煮 大根のおかか炒め 小松菜のポン酢和え	
12/12 金	わかめ粥 豆腐の旨煮 ブドウゼリー 牛乳	鶏肉の五目炒め かぼちゃのコンソメ煮 りんご 湯葉のスープ		鯛の蒲焼き ほうれん草の煮びたし カリフラワーの和え物	
12/13 土	レーズンドッグ ポテトサラダ オレンジゼリー 牛乳	豚肉と白菜のすき煮 出し巻き卵 オクラの和え物 花麩の味噌汁		カレイのしょうゆ麹焼き ピーマンの金平風 冬瓜の甘酢和え	
12/14 日	丸ロール 大根のポトフ いちごゼリー 牛乳	わかめうどん 卵の花 ごぼうの和風マヨネーズ和え		豚肉のバーベキューソース キャベツの炒め煮 かぼちゃの和え物	

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

藏ウェルフェアサービス株式会社

サンガーデン府中

月間献立一覧表

2025/12/15 ~ 2025/12/21

常食

日付	朝食	昼食	夕食
12/15 月	赤かぶ粥 野菜の味噌炒め ブドウゼリー 牛乳	生姜ごはん 鶏肉の甘酢漬け 豆腐の山椒煮 いんげんの和え物 もやしの味噌汁	 鯖の塩焼き ほうれん草とじゃこの炒め物 フルーツカクテル缶
12/16 火	レーズンドッグ 焼きビーフン オレンジゼリー 牛乳	シルバーの南部焼き ずいきの炒め煮 小松菜の和え物 おつゆ麺のすまし汁	 蒸し鶏の和風ソース 冬瓜のカニあんかけ カリフラワーのお浸し
12/17 水	卵雑炊 豆腐の生姜煮 いちごゼリー 牛乳	鰯の梅香焼き 金平ごぼう ほうれん草の和え物 じやが芋の味噌汁	 豚肉の甘辛煮 竹輪の磯部揚げ 切干大根のごま和え
12/18 木	丸ロール スペaghettiサラダ ブドウゼリー 牛乳	ハンバーグ照り焼きソース 冬瓜のくず煮 ブロッコリーの錦糸和え おつゆ麺の味噌汁	 鯖の風味焼き もやしの炒め物 オクラの和え物
12/19 金	梅粥 大根とツナの煮物 オレンジゼリー 牛乳	豚丼 チンゲン菜の炒め物 カリフラワーの浅漬け風 うずまき麺のすまし汁	 ホキの野菜あん さつま芋のバター醤油 小松菜と湯葉の和え物
12/20 土	レーズンドッグ ジャーマンポテト いちごゼリー 牛乳	鰯の生姜焼き ピーマンのおかか炒め ヨーグルト キャベツの味噌汁	 鶏肉のレモン風味焼き ブロッコリーの炒め物 水菜と白菜の和え物
12/21 日	丸ロール ポトフ ブドウゼリー 牛乳	肉団子と野菜の煮物 春巻き 小松菜の和え物 葉大根のスープ	 カレイの山椒焼き 豆腐田楽 人参の和え物

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

藏ウェルフェアサービス株式会社

サンガーデン府中

月間献立一覧表

2025/12/22 ~ 2025/12/28

常食

日付	朝食	昼食	夕食
12/22 月	赤かぶ粥 しろ菜の卵とじ オレンジゼリー 牛乳	鯖の塩麹焼き かぼちゃの煮物 キャベツの塩昆布和え 湯葉の味噌汁	鶏肉の甘辛炒め ごぼうの炒り煮 いんげんの和え物
12/23 火	レーズンドッグ ツナサラダ いちごゼリー 牛乳	豚肉の蒲焼き カリフラワーのカレー煮 ほうれん草のお浸し おつゆ麺のすまし汁	鯖の焼き浸し チンゲン菜の香味炒め さつま芋柚子風味
12/24 水	青菜雑炊 ほうれん草のソテー ブドウゼリー 牛乳	鶏の唐揚げ 大根と豆苗の昆布茶炒め りんご 白菜の味噌汁	豚しゃぶ(温) 豆腐の生姜煮 オクラの和え物
12/25 木	丸ロール かぼちゃサラダ オレンジゼリー 牛乳	ビーフシチュー 焼きクリームコロッケ キャベツのドレッシング和え ロールケーキ(ティラミス)	ホキの西京焼き ブロッコリーの湯葉あんかけ ひじきと胡瓜の和え物
12/26 金	わかめ粥 豆腐の旨煮 いちごゼリー 牛乳	シルバーの利休焼き 切干大根の炒め煮 いんげんのワサビマヨ和え じゃが芋の味噌汁	豚肉の生姜炒め にんじんしりしり 白菜の甘酢和え
12/27 土	レーズンドッグ ポテトサラダ ブドウゼリー 牛乳	筑前煮 小松菜の炒め物 フルーツカクテル缶 うずまき麺の味噌汁	カレイのレモン醤油かけ 大豆のトマト煮 チンゲン菜の和え物
12/28 日	丸ロール 大根のポトフ オレンジゼリー 牛乳	豚肉と野菜の炒め物 かぶの田楽 玉子豆腐 花麺のすまし汁	鶏肉の照り焼き ほうれん草の煮浸し カリフラワーの和え物

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

藏ウェルフェアサービス株式会社

サンガーデン府中

月間献立一覧表

2025/12/29 ~ 2025/12/31

常食

日付	朝食	昼食	夕食
12/29 月	赤かぶ粥 野菜の味噌炒め いちごゼリー 牛乳	豆腐の中華煮 ブロッコリーのソテー ヨーグルト わかめのスープ	 鯖の柚子胡椒焼き かぼちゃの含め煮 キャベツの和え物錦糸がけ
12/30 火	レーズンドッグ 焼きビーフン オレンジゼリー 牛乳	あじの磯焼き せんまいの炒め煮 オクラの浅漬け風 葉大根の味噌汁	 鶏じゃが 竹輪の炒め物 小松菜の和え物
12/31 水	卵雑炊 豆腐の生姜煮 ブドウゼリー 牛乳	豚肉とがんもの煮物 ごぼうのたらこ炒め もやしと水菜のゆかり和え おつゆ麩の味噌汁	 年越しそば チンゲン菜の炒め物 かぶの辛子マヨ和え

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

藏セントラルキッチン