## ソナーレ・アテリア久我山

## 2025年12月1日~12月16日

	12月1日(月)	12月2日(火)	12月3日(水)	12月4日(木)	12月5日(金)	12月6日(土)	12月7日(日)	12月8日(月)
10	ハムとキャベツの味噌炒め	チーズとベーコンのスクランブルエッグ	肉じゃが	鶏肉と野菜の塩麹炒め		豆腐ハンバーグの茸あんかけ		
朝	春雨サラダ		いんげんの胡麻和え			和風マリネ	スパゲッティサラダ	
和	佃煮	佃煮	佃煮	佃煮	佃煮	佃煮	佃煮	佃煮
	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
*	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
10			豚肉と野菜の洋風煮			豆腐ハンバーグの茸あんかけ		
朝	春雨サラダ					トマトマリネ		
详	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム
	パン	パン	パン	パン	パン	パン	パン	パン
*	ポタージュ	スープ	ポタージュ	スープ	ポタージュ	スープ	スープ	ポタージュ
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	ハヤシライスコーンサラダ		アジの南蛮漬け風		アカウオのレモン蒸し	牛肉と筍の煮物		
昼			焼き豆腐の田楽 アスパラの柚子和え		<del>霊平午旁</del> 車麩の土佐和え		こんにゃくのピリ辛炒め 小松菜のわさび和え	
	スープ	御飯	御飯	存制のね反し	単数の工佐和え	御飯	御飯	清まし汁
<b>1</b>	<b>X</b> -7	四以 スープ	神殿 清まし汁		味噌汁	<sup>                                    </sup>		何まし仕
			付まし仕			小小百八		
STATISTICS OF	ブリの塩焼き	タラの者付け	阪のみぞれ者	シーフードと白菜の中華炒め	鶏肉の甘辛炒め	サケの西京懐き	鶏肉の塩麹焼き	サワラの煮付け
3		厚揚げの塩炒め		しゅうまい		彩り野菜つみれの煮物		
		枝豆の和え物		ナムル		きゅうりの和風オイル和え		
*	御飯	菜飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	ゆかり御飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	中華スープ	清まし汁	清まし汁	味噌汁	味噌汁
						エネルキー: 1568 タンパク: 78.6		
	脂質:61 食塩相当量:7.7	脂質:71.5 食塩相当量:7.8	<b>脂質:52.3</b> 食塩相当量:9.9	<b>脂質:38.8</b> 食塩相当量:8.6	<b>脂質:49</b> 食塩相当量:8.3	脂質:49.2 食塩相当量:9.5	脂質:43 食塩相当量:10.2	脂質:55.2 食塩相当量:7.7
	12月9日(火)	12月10日(水)	12月11日(木)	12月12日(金)	12月13日(土)	12月14日(日)	12月15日(月)	12月16日(火)
31						ツナと玉ねぎのせオムレツ		
ຸ	牛蒡サラダ	いんげんのくるみ和え	じゃこの酢の物	ポテトサラダ	コールスローサラダ	スパゲッティサラダ	茸の和風マリネ	南瓜サラダ
	牛蒡サラダ 佃煮	いんげんのくるみ和え <b>佃煮</b>	じゃこの酢の物 佃煮	ポテトサラダ 佃煮	コールスローサラダ 佃煮	スパゲッティサラダ <b>佃煮</b>	茸の和風マリネ 佃煮	南瓜サラダ 佃煮
和	牛蒡サラダ 佃煮 御飯	いんげんのくるみ和え 佃煮 御飯	じゃこの酢の物 佃煮 御飯	ポテトサラダ 佃煮 御飯	コールスローサラダ 佃煮 御飯	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯	茸の和風マリネ 佃煮 御飯	南瓜サラダ 佃煮 御飯
	牛蒡サラダ 佃煮 御飯 味噌汁	<sup>いんげんのくるみ和え</sup> 佃煮 御飯 味噌汁	じゃこの酢の物 佃煮 御飯 味噌汁	ポテトサラダ 佃煮 御飯 味噌汁	コールスローサラダ 佃煮 御飯 味噌汁	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯 味噌汁	茸の和風マリネ 佃煮 御飯 味噌汁	南瓜サラダ 佃煮 御飯 味噌汁
和	牛蒡サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳	<sup>いんげんのくるみ和え</sup> 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳	じゃこの酢の物 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳	ポテトサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳	コールスローサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳	茸の和風マリネ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳	南瓜サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳
和食	牛蒡サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳	いんげんのくるみ和え 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 豚肉と根菜の洋風煮	じゃこの酢の物 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ハムと野菜のソテー	ポテトサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 カニカマと卵の炒め物	コールスローサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ポークビーンズ	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ツナと玉ねぎのせオムレツ	茸の和風マリネ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ジャーマンポテト	南瓜サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ハムエッグ
和食刺	牛蒡サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 <sup>ユーン入りスクランブルエック</sup> 牛蒡サラダ	いんげんのくるみ和え 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 豚肉と根薬の洋風煮 いんげんのくるみ和え	じゃこの酢の物 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ^^ムと野菜のソテー じゃこサラダ	ポテトサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 カニカマと卵の炒め物 ポテトサラダ	コールスローサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ポークビーンズ コールスローサラダ	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ッナと玉ねぎのせオムレッ スパゲッティサラダ	茸の和風マリネ佃煮御飯味噌汁牛乳ジャーマンポテト茸の和風マリネ	南瓜サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ハムエッグ 南瓜サラダ
和食	牛蒡サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 <sup>ユーン入りスクランブルエッグ</sup> 牛蒡サラダ ジャム	いんげんのくるみ和え 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 豚肉と根菜の洋風煮 いんげんのくるみ和え ジャム	じゃこの酢の物 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ハムと野菜のソテー じゃこサラダ ジャム	ポテトサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 カニカマと卵の炒め物 ポテトサラダ ジャム	コールスローサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ポークビーンズ コールスローサラダ ジャム	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ッナと玉ねぎのせオムレッ スパゲッティサラダ ジャム	茸の和風マリネ佃煮御飯味噌汁牛乳ジャーマンポテト茸の和風マリネジャム	南瓜サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ハムエッグ 南瓜サラダ ジャム
和食馴洋	牛蒡サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ニーン入りスクランブルエック 牛蒡 サラダ ジャム パン	いんげんのくるみ和え 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 豚肉と根菜の洋風煮 いんげんのくるみ和え ジャム パン	じゃこの酢の物 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ハムと野菜のソテー じ ジャム パン	ポテトサラダ 個飯 味噌 味噌 キ乳 カニカマと卵の炒め物 ポテト サラダ パン	コールスローサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ポークビーンズ コールスローサラダ ジャム パン	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ッナと玉ねぎのせオムレッ スパゲッティサラダ ジャム パン	茸の和風マリネ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ジャーマンポテト 茸の和風マリネ ジャム パン	南瓜サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ハ瓜サラダ ジャム パン
和食朝	牛蒡サラダ 佃額 ・ は ・ は ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	いんげんのくるみ和え 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 豚肉と根薬の洋風煮 いんげんのくるみ和え ジャム パン ポタージュ	じゃこの酢の物 佃煮 御飯 味噌 牛乳 ^^と野菜のソテー じゃと ン ン ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス	ポテトサラダ 個飯 味噌 中乳 カニカマと卵の炒め物 ポテトサラダ ジャン ポタージュ	コールスローサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ポークビーンズ コールスローサラダ ジャム パン スープ	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ッナと玉ねぎのせオムレッ スパゲッティサラダ ジャム パン スープ	茸の和風マリネ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ジャーマンポテト 茸の和風マリネ ジャン パン パタージュ	南瓜サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 エッグ 南 ジャン スープ
和食馴洋	牛蒡サラダ 個御飯 味乳 <sup>ユーン入りスクランブルエッグ</sup> 牛蒡 ヤン ー ツ ス 牛乳	いんげんのくるみ和え 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 豚肉と根薬の洋風煮 いんげんのくるみ和え ジャム パン ポタージュ 牛乳	じゃこの酢の物 佃煮 御飯 味乳 へムと野菜のソテー じゃこ サラダ ジャン ア よ 半 パ ス よ り イ く く く く く く く く く く く く く く く く く く	ポテトサラダ 個額 、味乳 カニカマと卵の炒め物 ポテトム ・ディン ・ディン ・ディン ・ディン ・ディン ・ディン ・ディン ・ディン	コールスローサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ポークビーンズ コールスローサラダ ジャム パン ス 牛乳 牛乳	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ッナと玉ねぎのせオムレッ スパゲッティサラダ ジャム パン スープ 牛乳	茸の和風マリネ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ジャーマンポテト 茸の和風マリネ ジャム パン ポタージュ 牛乳	南瓜サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 エッグ 南瓜サラダ ジン スープ 牛乳
和食朝泽食	牛蒡サラダ 個額 ・中乳 ・キ乳 ・キッシュウランブルエック ・キッション ・サラダ ・サラダ ・シン・ファンフルエック ・サラダ ・ファン・ファンフルエック ・キャン・ファンフルエック ・キャン・ファン ・カース ・カース ・カース ・カース ・カース ・ファン・ファン・ファン・ファン・ク ・カース ・ファン・ファン・ファン・ファン・ク ・カース ・カース ・カース ・カース ・カース ・カース ・カース ・カース	いんげんのくるみ和え 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 豚肉と根菜の洋風煮 いんげんのくるみ和え ジャム パタージュ 牛乳 肉団子の旨煮	じゃこの酢の物 個額 味 中乳 ハムと野菜のソテー じ ジャン プ ー メン マ ー マ ー マ ー メン マ ー メン マ ー メン マ ー メン マ ー ス ー ス ー ス ー ス ー ス ー ス ー メ ー メ	ポテトサラダ 個飯 味料 カニカマと卵の炒め物 ポントム インタ乳 作列の生姜焼き	コールスローサラダ 佃煮 御飯 味 半乳 ポークビーンズ コールスローサラダ ジ パ ス ー ス ア ジ の 梅煮 ア ジ の 梅煮	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ッナと玉ねぎのセオムレッ スパゲッティサラダ ジャム パン スー乳 上乳 白身魚フライ	茸の和風マリネ御飯味乳ジャーマンポテト茸の和風マリネボック和風マリネパタージュ牛華井	南瓜サラダ 佃煮 御飯 味乳 エッグ 南 ジャン スー乳 タラの煮付け
和食馴洋	牛蒡サラダ 個御・味・乳 コーン入りスクランブルエッグ 牛乳 コーン入りスクランブルエッグ 牛・乳 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	いんげんのくるみ和え 個煮 御飯 味噌汁 牛乳 豚肉と根菜の洋風煮 いんげんのくるみ和え ジャム パタージュ 牛乳 肉団子の旨効物 切り昆布の炒め物	じっぱっぱい 個御味生の酢の物の物の物の物の物の味のができます。 はいい はい	ポーカー ポーカー ボーカー	コールスローサラダ 個額 味噌 味噌 ポークビーン フールスローサラダ ジパスローサラダ ジパスローサラダ ジパス 学 アジカ ぜんまいの炒め物	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 ッナと玉ねぎのせオムレッ スパゲッティサラダ ジャム パン スープ 牛乳	茸の和風マリネ御飯御飯味乳ジャーマンポテト茸かれムパタ乳中カニシィイ	南瓜サラダ 佃煮 御飯 味乳 エッグ 南 ジャン スー乳 タラの煮付け
和食朝洋食昼	牛蒡サラダ 個御・味・乳 コーン入りスクランブルエッグ 牛乳 コーン入りスクランブルエッグ 牛・乳 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	いんげんのくるみ和え 個煮 御飯 味噌汁 牛乳 豚肉と根菜の洋風煮 いんげんのくるみ和え ジャム パタージュ 牛乳 肉団子の旨効物 切り昆布の炒め物	じっぱっぱい 個御味生の酢の物の物の物の物の物の味のができます。 はいい はい	ポーカー ポーカー ボーカー	コールスローサラダ 個額 味噌 味噌 ポークビーン フールスローサラダ ジパスローサラダ ジパスローサラダ ジパス 学 アジカ ぜんまいの炒め物	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯 味噌 半乳 ッナと玉ねぎのせオムレッ スパゲッティサラダ ジャン スペゲッティサラダ ジャン ストリカー カーリカー カーリカー カーリカー スク カーリカー カーカー カー	茸の和風マリネ 個類 は は は は は は は は は は は は は は は は は は は	南瓜サラダ 佃煮 御飯 味乳 ハ瓜サシ カエッグ ダン スリン スリン スリン スリン スリン スリン スリン スリン スリン スリ
和食朝泽食	牛蒡サラダ 個御飯 味噌 牛乳 ニーン入りスクランブルエック 牛乳 ニーン入りスクランブルエック 牛 ギャン パス ナラダ ジパス サラダ シペス サラダ シース リカー と サラダ と サラム サース リカー ス リカー ス リカー ス リカー ス リカー ス リカー ス リカー ス リカー ス リカー ス リカー と カー と カー と カー と カー と カー と カー と カー	いんげんのくるみ和え 個額 味噌乳 豚肉と根葉の洋風煮 いんげんのくるみ和え ジパヤン タ乳 団見石ののかめめ 枝豆の和え物	じっぱっぱい 個御味生の酢の物の物の物の物の物の味のができます。 はいい はい	ポートサラダ 個御、中・カマと卵のゆめめ物 カニカマと卵のゆめめ物 カニカマと別のウッカック カニカマと別ののラック カップ スタ 乳 ののの 生きといる。 を表して、 をまして、 をもて、 をも、 をもて、 をもて、 をもて、 をもて、 をもて、 をもて、 をもて、 をもて、 をもて、 をもて	コールスローサラダ 個御飯 味噌乳 ポークビーンマン スローサラダ パフールスム アジスム アジェング 大根と竹輪の和え物 大根と竹輪の和え物	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯 味噌乳 サナと玉ねぎのせオムレッ スパゲッティサラダ ジペン スパゲッティサラダ ジペン スリカー乳 自りじ菜の もうし菜の もうしまの もうしまの はオートリートリートリートリートリートリートリートリートリートリートリートリートリー	茸の和風マリネ御園御園中乳ジャーマージャーマーカーマー中カーマーカー </th <th>南瓜サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 エッグ 南ジック メンフ キシック タラの煮付け ひき肉と青菜の炒め物 もやしの酢味噌かけ</th>	南瓜サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 エッグ 南ジック メンフ キシック タラの煮付け ひき肉と青菜の炒め物 もやしの酢味噌かけ
和食朝洋食昼	牛蒡 イ田御味牛乳 ニーンスクランフルエック キジパスキランフルエック キジパスキランフルエック キッション・カー カースクランフルエック キッション・カー カースの カースの によっ のいました。 カーマンとカーカマの和え物 はい はい はい には には には には には には には には には には	いんげんのくるみ和え 個御味生 豚肉と根菜の洋風煮 いんげんのム ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	じっぱっぱい 個御味生の酢の物の物の物の物の物の味のができます。 はいい はい	ポーカマと卵のゆめめ物 ダ ボーカマと 明の かり かり が が が ボーカマと 明の の の の の し そ	コールスローサラダ 個御飯 味乳 中・乳 ー・カスローサラダ ジパス・ム ア・ジャン ア・ジャン ア・ジャン ア・ジャン ア・ジャン ア・ジャン ア・ジャン ア・ジャン ア・ジャン ア・シャン ア・シャン ア・シャン ア・シャン ア・シャン ア・カールス カールス カールのの カールの カールの カールの カールの カールの カールの カール	スパゲッティサラダ 佃煮 御飯 味噌、 サナと玉ねぎのせオムレッ スパゲッティサラダ ジャン スパゲッティサラダ ジャン スパゲッティサラダ ブーキ カーリン カーリン カーリン カーリン カーリン カーリン カーリン カーリン	茸の和風マリネ御職御職御職中型ジャーママンポテトネジャーマカーマーマ中カーマカーマーマトマトの中華和えカーマーマトマトの中華和えカーマーマ	南瓜サラダ 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 エッグ ダンス サラダ ジンス キ乳 タラの煮付け ひき肉と 青菜の炒め物 もやしの 酢味噌かけ 御飯
和食朝泽食昼食	牛蒡ダークダークター (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1)	いんげんのくるみ和え 個御味生乳 豚肉と根菜の洋風和え がんげんのム ・ハム・フタ乳団尾ののかり、豆飯噌 大力ののかり、一切のかり、 を取りている。 ・ハガイン・ファックのかり、 ・ハガイン・ファックのかり、 ・ハガイン・ファックのかり、 ・ハガイン・ファックのかり、 ・ハガイン・ファックのかり、 ・ハガイン・ファックのかり、 ・ハガイン・ファックのかり、 ・ハガイン・ファックのかり、 ・ハガイン・ファックのかり、 ・ハガイン・ファックのかり、 ・ハガイン・ファックのかり、 ・ハガイン・ファックを、 ・ハガイン・ ・・ ・・ ・・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	じゃ煮 個御味牛ハンテー とキャンー乳噌ョー サイイン・マンー乳・ボーズンース	ポーカマと BB の BB を AB を BB を BB を BB を BB を BB を	コールスローサラダ 個御、牛 ポール ヤン パス 上 ア ぜ 根 と ケ に か い か か か 和 え か か れ れ と か か れ れ か か か れ れ と か に か か か か か か か か か か か か か か か か か	スパゲッティサラダ 個 御飯 味噌乳 ***********************************	茸の和風マリネ 個大生ジャーのヤンパポーマーのヤンタ乳 中カトマーのマンタス 中カトマーのマンタス 中カーマーのマンタス 中カーマーのアンタス 中カーマーのアントネ	南田御味中ラダーの一番の一番の一番の一番の一番の一番の一番の一番の一番の一番の一番の一番の一番の
和食朝洋食昼	牛 特 者	いんげんのくるみ和え 個御味牛乳 豚肉と根菜の洋魚和え がんげんのム ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	じゃ煮 個御味牛ハムやヤンー乳 「サート」といったが、スキャン・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス	ポーカマと かかめ が が が 出 か	コールスローサラダ 個御飯 味乳 クレーンスター アンカス カールス クリー・カース カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	スパゲッティサラダ 個煮 御飯 味噌乳 パケッティサラダ ジャースパゲッティサラダ ジャン スパゲッティサラダ ジャン スパゲッティサラダ ジャン スパゲッティサラダ パスー乳 自りじ菜の 自りじ菜の は は は は は は は は は は は り は は は は り は は り り は り は り り り り は り は り り り は り は り は り り は り は り り は り は り り り り と り り り り	茸の和風マリネ 個 個 版 味 生 の 和風 マリネ が は か は か は か か か か か か か か か か か か か か	南瓜オラダ 個瀬飯 味・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
和食朝洋食昼食夕	牛一番 特別 特別 中一 中一 中一 中一 中一 中一 中一 中一 中一 中一	いんげんのくるみ和え 個御味牛取 豚肉と根菜の洋風煮 いんがヤンタ乳団をのかり 中のがでのかりの はたのようない。 中のでのかりのです。 かんがないない。 中のでのからない。 かんがないない。 中のでのからない。 かんがない。 中のでいる。 かんがない。 中のでいる。 でいるが、 かんがない。 中のでいる。 でいるが、 かんが、 かいが、 かいが、 のいが、	じの酢の酢の酢の酢の酢の酢の酢の酢の酢の酢の酢の酢の酢の水は、サールは、サールは、サールが、カー・ボーが、カー・ボールが	ポーカマと卵のかめめ物 が ボーカマと卵のかめめ物 が ボーカマと卵のかめめ が ボーカマと 乳のの の し と	コールスローサラダ 個御飯 味乳 クビーンスム アールスム アーカスム アールスム アール アルス から ない から	スパゲッティサラダ 個者 御飯 味乳 パゲッティサラダ パト キ乳 ジャンー 乳 角で 一 りじ菜の は 一 りで 大 り りで 大 り り り り り り り り り り り り り り	茸の和風マリネ 個衝 明 中乳 マリネ 個衝 断 中乳 マリカト オジャーマル スタ 乳 丼 シャーカト 中 本	南瓜オラダ 佃煮 御職・中乳 ハ南以・サンク リカース・サンク リカース・サンク リカース・サンク リカース・サンク リカース・サンク リカース・サンク リカース・カース・カート リカース・カース・カー リカース・カー リカース・カー リカース・カー リカース・カー リカース・カー リカース・カー リカース・カース・カー リカー リカース・カー リカース・カー リカー リカー リカー リカー リカー リカー リカー リカー リカー リ
和食朝洋食昼食	牛佃御味牛エングルエング 牛 が パス牛 自さ と 一 御味 鶏切り 表 御味 カーマン 飯 噌 内 干 け の 大け した かまり 清飯 が おりり 清飯 が おりり 清飯 が おりり は がった は かった は は は かった は は かった は は は は は は は は は は は は は は は は は は は	いんげんのくるみ和え 個御味牛豚肉とけんのムースを発見するのののかえないが、ポートのでは、カーのでは、カーのののからなかのののののののののののののののののののののののののののののののの	じ佃御味牛へじジパス牛味ギザ 動肉のする の酢のかりライン・マンー乳噌ョー・マン・ダー・マンー乳噌ョー・マン・ダー・ボールののですると、アーザイイン・アーザイー・ボールのですると、ドローのでは、アールのは、アールのでは、アー	ポーク ポーク ボーク ボーク ボーク ボーク ボーク ボーク ボーク ボ	コール者 御味牛ポコジパス牛ア ぜ大御味 照然 アーサラダ イスム アーカー アーカー アーカー アーカー アーカー アーカー アーカー アーカ	スパゲッティサラダ 個御飯 味乳 サナと玉ねぎのせオムレッスパゲッティサラダ パイヤンー乳 中子の 大学の 大学の 大学の 大学の 大学の 大学の 大学の 大学の 大学の 大学	茸の和風マリネ 個額 味乳 マーカー マーカー マーカー マーカー マーカー マーカー マーカー マーカ	南州大学 は は は は は は は は は は は は は は は は は な は な な か な か
和食朝洋食昼食夕	牛佃御味牛ュンスカランフルエック 学者飯噌乳ンスカランフルエック 中 か か か か か か か か か か か か か か か か か か	いんげんのくるみ和え 個御味牛豚肉とはおいんがポートをいんがインタ乳団見豆飯噌が揚っている。 がおいんがヤンタ乳団見豆飯噌が揚っている。 一子布の和は一のげッのサータのかった。 塩煮香料では、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑ののは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑ののは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑ののは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑のは、 大畑ののは、 大畑のは、 大田のは、	じ佃御味牛へじジパス牛味ギザ ちゅうで 横飯 中へじジパス牛味ギザ ちゅうで 東大 アール・マール・マール・マール・マール・マール・マール・マール・マール・マール・マ	ポーク ポーク ボーク ボーク ボーク ボーク ボーク ボーク ボーク ボ	コールスローサラダ 個御味牛ポコジパスキア 世大との アーカースローサラダ アー・マンー乳のいい かいかい かいかい かいがい かいがい かいがい かいがい かいがい か	スパゲッティサラダ 個御 中 ツナと玉ねぎのせオムレン スパゲャン スパゲャン ー乳 りじ菜飯 噌 カの煮きの 計 味噌 から 大 中 の の 煮 で で から は で で から し で で から し し から し し から し から し から	茸の和風 中の	南佃御味牛ハ南ジパス牛タの青瀬 中の 南田御味 中の南ジパスキタ の 東京 中の 東京 中の
和食朝洋食昼食夕	牛畑御味牛シスカラシブルエッグ 牛が水スキランプルエッグ 牛ジパス牛ラカマクランブルエッグ 牛ジパス牛自さと一御味 カリオーカマの和え物 大けの大けの大けの大けの大けの大けの大けの大けの大けの大けの大けの大けの大けの大	いんげんのくるみ和え 個御味牛豚のとるみ和え 一個飯 中乳 根素のくるみ和え がけんのム ション ののから から から おり 豆飯 噌 バ 揚ッツ と り り 塩 煮 物物 は 焼 煮 動 を 物 た 地球 に が り り で は か り は か り は か り は か り は か り は か り は か り は か り は か り は か り は か り は か り は か り は か り は か り は か り は か り は か り は か り と か り と か り に 73.9 か り う で 73.9	じ佃御味牛ハビジパス牛味ギザ 動肉のますとは ドレス の酢の物 の酢の のかま のかまする ののまする ののまする でいる ののまする でいる	ポーカマと 卵の ゆめ 物 ダ ジ パ ポ 牛 カマと 卵の ゆめ り カッテ ト ム ー マ シ マ ス の の の の し ト ム ー マ 本 カック ま 変 飯 噌 中 ウ カック 5 6 1.7 を 煮 え で は かり フ ラワーの 神子 風味 で 本 かり フ ラワーの は 中 ウ かり 5 6 1.7 を え かい か 5 6 1.7 を か か 5 6 1.7 を 5	コールスローサラダ 個御飯 味乳 クレー・サラダ パス ム アルスム アルスム アルスム アルスム アルスム アルスム アルスム アルスム アルスと でいる。 でい。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 で	スパゲッティサラダ 個額 明常 中乳 スパゲッティサラダ ジャンースパゲッティサラダ ジャンー乳 自じ菜の 神子 自じ菜の 神味 関本の 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	茸の和風マリネ 個額 明乳 マリネ 御飯 味乳 マーマの 和 ム マタ 乳 丼 シャーカト マーマ エー・カー・ マー・カー・ マー・ マー・ マー・ マー・ アワラ の 高野豆 旬 の 東き と も 物 御味 中 エネルギー: 1535 りかか: 66.1	南瓜煮 御職 中 明
和食期洋食昼食夕	牛 特	いんげんのくるみ和え 個都 保 中乳 一般 一般 一般 一般 一般 一般 一般 一般 一般 一般	じ佃御味牛ハビジパス牛味ギザ 動肉のますとは ドレス の酢の物 の酢の のかま のかまする ののまする ののまする でいる ののまする でいる	ポートサラダ (個飯 味乳 カーカマと卵のゆめ物 ボースト ナーカマと卵のゆめ物 ダンパ ポート ム ー ジャン タ 乳 のの 生 会 め 和 の かり ウ かり ウ が の 麻 井 風 味	コールスローサラダ 個御飯 味乳 クレー・サラダ パス ム アルスム アルスム アルスム アルスム アルスム アルスム アルスム アルスム アルスと でいる。 でい。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 でいる。 で	スパゲッティサラダ 個御 中 ツナと玉ねぎのせオムレン スパゲャン スパゲャン ー乳 りじ菜飯 噌 カの煮きの 計 味噌 から 大 中 の の 煮 で で から は で で から し で で から し し から し し から し から し から	茸の和風マリネ 個額 明乳 マリネ 御飯 味乳 マーマの 和 ム マタ 乳 丼 シャーカト マーマ エー・カー・ マー・カー・ マー・ マー・ マー・ マー・ アワラ の 高野豆 旬 の 東き と も 物 御味 中 エネルギー: 1535 りかか: 66.1	南瓜煮 御歌 中

## ソナーレ・アテリア久我山

## 2025年12月17日~12月31日

	12月17日(水)	12月18日(木)	12月19日(金)	12月20日(土)	12月21日(日)	12月22日(月)	12月23日(火)	12月24日(水)
				100				
	和風ロールキャベツ	五目野菜炒め	ミックスベジタブルのせオムレツ	さつま揚げと根菜の甘辛煮	オムレツ茸あんかけ	鶏肉とピーマンの塩炒め	ベーコンエッグ	肉じゃが
10	オクラと昆布の和え物					温野菜サラダ		旬菜の柚子和え
		佃煮	佃煮	佃煮	佃煮	佃煮	佃煮	佃煮
1	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
等不正的形式设置		味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
CALLS CONTROL	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
and the second state of the second		五目野菜のソテー				鶏肉とピーマンのソテー		
300	オクラサラダ			海草サラダ		温野菜サラダ		旬菜の柚子和え
	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム
111	パン	パン	パン	パン	パン	パン	パン	パン
年12、12000	ポタージュ	スープ	ポタージュ	スープ	スープ		スープ	ポタージュ
36	牛乳	4乳	牛乳	4乳	4乳	牛乳	4乳	牛乳
Service of Land	1 1	和風スパゲティ	1 1		アジのカレー焼き		ブリの煮付け	
501551050178	茸と野菜の炒め物					一 ロガ 青菜と油揚の煮浸し		
						キャベツのしらす和え		
	御飯			御飯	御飯	味噌汁	御飯	御飯
ATTACK TO BE	味噌汁	\		神殿 清まし汁	神殿 清まし汁	小水道门	味噌汁	グログ スープ
	小不管(1		得まし仕	何まし仕	何まし仕		水恒什	A-7
Denging Gard	白色色のスカンルセーキー	内田でのしつし本	北スの地房庫キ	生を力しての老品に	医内のコカビがユ	タラの和風ムニエル	強体の担応性を	白色色の運生し
10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 1			***					
						高野豆腐の炊き合わせ		
Limit Park to 198						トマトの和え物		
<b>经企业公司</b>		御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
a limited by the same of	味噌汁		味噌汁	味噌汁	清まし汁		清まし汁	味噌汁
-						エネルキー: 1544 タンハ°ク: 69.9		
-		l .	l			脂質: 49.1 食塩相当量: 8.5	l .	脂質:38.1 食塩相当量:11.8
-	12月25日(木)	12月26日(金)	12月27日(土)	12月28日(日)	12月29日(月)	12月30日(火)	12月31日(火)	
		1					6	
					SEA			
**	ひき肉とアスパラの炒め物	野菜のせオムレツ	彩り団子と野菜の炊き合わせ	ベーコンと玉ねぎのせオムレツ	ハムとキャベツのケチャップ炒め	ツナ入りスクランブルエッグ		
邓	人参のマリネ	マカロニサラダ	なめたけ和え	南瓜サラダ	春雨サラダ	ポテトサラダ	キャベツのわさび醤油	
和	佃煮	佃煮	佃煮	佃煮	佃煮	佃煮	佃煮	
	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	
*	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	ひき肉とアスパラのソテー	野菜のせオムレツ	彩り団子と野菜の洋風煮	ベーコンと玉ねぎのせオムレツ	ハムとキャベツのケチャップ炒め	ツナ入りスクランブルエッグ	いか団子と野菜の洋風煮	
朝	人参のマリネ	マカロニサラダ	なめたけ和え	南瓜サラダ	春雨サラダ	ポテトサラダ	コールスローサラダ	
浮	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム	ジャム	
	パン	パン	パン	パン	パン	パン	パン	
<b></b>		· · •	· ·		•	^ • ~	•	
	スープ	ポタージュ	スープ	スープ	ポタージュ	スープ	ポタージュ	
	スープ 牛乳			スープ 牛乳		*	-	
	牛乳	ポタージュ 牛乳	スープ 牛乳	牛乳	ポタージュ 牛乳	スープ	ポタージュ 牛乳	
	牛乳	ポタージュ 牛乳	スープ 牛乳 フライ盛合せ	牛乳 ホッケの塩焼き	ポタージュ 牛乳 中華あんかけ卵とじ丼	スープ 牛乳	ポタージュ 牛乳 年越しそば	
	牛乳	ポタージュ 牛乳 <sup> </sup>	スープ 牛乳 フライ盛合せ <sup>筍と車麩の炊き合わせ</sup>	牛乳ホッケの塩焼き冬瓜のそぼろ煮	ポタージュ 牛乳 中華あんかけ卵とじ丼 春巻き	スープ 牛乳 カレイの煮付け	ポタージュ 牛乳 年越しそば がんもの炊合せ	
昼	牛乳グルスマス	ポタージュ 牛乳 <sup> </sup>	スープ 牛乳 フライ盛合せ <sup>筍と車麩の炊き合わせ</sup>	牛乳 ホッケの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮	ポタージュ 牛乳 中華あんかけ卵とじ丼 春巻き	スープ 牛乳 カレイの煮付け 厚揚げの塩炒め	ポタージュ 牛乳 年越しそば がんもの炊合せ	
	牛乳グルスマス	ポタージュ 牛乳 脈肉のオイスター炒め 切り昆布の煮物 春菊のピーナッツ和え 御飯	スープ 牛乳 フライ盛合せ <sup>筍と車麩の炊き合わせ</sup> ナスの即席漬け	牛乳 ホッケの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 いんげんの和え物	ポタージュ 牛乳 中 <sup>華あんかけ卵とじ井</sup> 春巻き もやしの中華和え	スープ 牛乳 カレイの煮付け 厚揚げの塩炒め 白菜のゆかり和え	ポタージュ 牛乳 年越しそば がんもの炊合せ	
昼	牛乳グルスマス	ポタージュ 牛乳 脈肉のオイスター炒め 切り昆布の煮物 春菊のピーナッツ和え 御飯	スープ 牛乳 フライ盛合せ おと車魅の炊き合わせ ナスの即席漬け 御飯	牛乳 ホッケの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 いんげんの和え物 御飯	ポタージュ 牛乳 中 <sup>華あんかけ卵とじ井</sup> 春巻き もやしの中華和え	スープ 牛乳 カレイの煮付け 厚揚げの塩炒め 白菜のゆかり和え 御飯	ポタージュ 牛乳 年越しそば がんもの炊合せ	
查食	<b>牛乳</b> クリスマス 特別食	ポタージュ 牛乳	スープ 牛乳 フライ盛合せ <sub>筍と車麩の炊き合わせ</sub> ナスの即席漬け 御飯 味噌汁	牛乳 ホッケの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 いんげんの和え物 御飯 味噌汁	ポタージュ 牛乳 中 <sup>華あんかけ卵とじ井</sup> 春巻き もやしの中華和え 中華スープ	スープ 牛乳 カレイの煮付け 厚揚げの塩炒め 白菜のゆかり和え 御飯	ポタージュ 牛乳 年越しそば がんもの炊合せ 青菜の胡麻和え	
昼食	<b>牛乳</b> クリスマス 特別食	ポタージュ 牛乳	スープ 牛乳 フライ盛合せ <sub>筍と車麩の炊き合わせ</sub> ナスの即席漬け 御飯 味噌汁 牛肉のしぐれ煮	牛乳 ホッケの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 いんげんの和え物 御飯 味噌汁 <sup>鶏肉のネギソースかけ</sup>	ポタージュ 牛乳 中 <sup>華あんかけ卵とじ井</sup> 春巻き もやしの中華和え 中華スープ サワラの照り焼き	スープ 牛乳 カレイの煮付け 厚揚げの塩炒め 白菜のゆかり和え 御飯 味噌汁	ポタージュ 牛乳 年越しそば がんもの炊合せ 青菜の胡麻和え	
昼食	牛乳 <b>グリスマス</b> 特別食 サケのバター醤油焼き 南瓜のほっこり煮	ポタージュ 牛乳 脈肉のオイスター炒め 切り昆布の煮物 春菊のピーナッツ和え 御飯 清まし汁 アカウオの生姜煮 金平牛蒡	スープ 牛乳 フライ盛合せ おと車髪の炊き合わせ ナスの即席漬け 御飯 味噌汁 牛肉のしぐれ煮 さっま揚げと青菜の炒め物	牛乳 ホッケの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 いんげんの和え物 御飯 味噌汁 <sup>鶏肉のネギソースかけ</sup> ほうれん草と茸の煮浸し	ポタージュ 牛乳 中華あんかけ卵とじ丼 春巻き もやしの中華和え 中華スープ サワラの照り焼き 茄子の揚げ浸し	スープ 牛乳 カレイの煮付け 厚揚げの塩炒め 白菜のゆかり和え 御飯 味噌汁 鶏肉の甘辛炒め	ポタージュ 牛乳 年越しそば がんもの炊合せ 青菜の胡麻和え <sup>白身魚の茸あんかけ</sup> 茄子の炒め物	
昼食	牛乳 <b>グリスマス</b> 特別食 サケのバター醤油焼き 南瓜のほっこり煮	ポタージュ 牛乳 脈肉のオイスター炒め 切り昆布の煮物 春菊のピーナッツ和え 御飯 清まし汁 アカウオの生姜煮 金平牛蒡	スープ 牛乳 フライ盛合せ おと車髪の炊き合わせ ナスの即席漬け 御飯 味噌汁 牛肉のしぐれ煮 さっま揚げと青菜の炒め物	牛乳 ホッケの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 いんげんの和え物 御飯 味噌汁 <sup>鶏肉のネギソースかけ</sup> ほうれん草と茸の煮浸し	ポタージュ 牛乳 中華あんかけ卵とじ丼 春巻き もやしの中華和え 中華スープ サワラの照り焼き 茄子の揚げ浸し	スープ 牛乳 カレイの煮付け 厚揚げの塩炒め 白菜のゆかり和え 御飯 味噌汁 鶏肉の甘辛炒め 魚河岸の煮物	ポタージュ 牛乳 年越しそば がんもの炊合せ 青菜の胡麻和え <sup>白身魚の茸あんかけ</sup> 茄子の炒め物	
昼食分食	牛乳 クリスマス 特別食 サケのバター醤油焼き 南瓜のほっこり煮 小松菜の辛し和え	ポタージュ 牛乳 豚肉のオイスター炒め 切り昆布の煮物 春菊のビーナッツ和え 御飯 清まし汁 アカウオの生姜煮 を平牛蒡 枝豆の和え物 菜飯	スープ 牛乳 フライ盛合せ おと車魅の炊き合わせ ナスの即席漬け 御飯 味噌汁 牛肉のしぐれ煮 さつま揚げと青寒の炒め物 セロリの酢味噌かけ 御飯	牛乳 ホッケの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 いんげんの和え物 御飯 味噌汁 鶏肉のネギソースかけ ほうれん草と茸の煮浸し 大根の梅肉和え 御飯	ポタージュ 牛乳 中華あんかけ卵とじ丼 春巻き もやしの中華和え 中華スープ サワラの照り焼き 茄子の揚げ浸し かぶの甘酢和え	スープ 牛乳 カレイの煮付け 厚揚げの塩炒め 白菜のゆかり和え 御飯 味噌汁 鶏肉の甘辛炒め 魚河岸の煮物 カリフラワーのたらこ和え 御飯	ポタージュ 牛乳 年越しそば がんもの炊合せ 青菜の胡麻和え 自身魚の茸あんかけ 茄子の炒め物 卵豆腐 御飯	
昼食夕食	牛乳 がリスマス 特別食 サケのバター醤油焼き 南瓜のほっこり煮 小松菜の辛し和え 御飯 味噌汁	ポタージュ 牛乳	スープ 牛乳 フライ盛合せ 物と車懸の炊き合わせ ナスの即席漬け 御飯 味噌汁 牛肉のしぐれ煮 さっま場けど青菜の炒め物 セロリの酢味噌かけ 御飯 清まし汁	牛乳 ホッケの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 いんげんの和え物 御飯 味噌汁 <sup>鶏肉のネギソースかけ</sup> ほうれん草と茸の煮浸し 大根の梅肉和え 御飯 清まし汁	ポタージュ 牛乳 中華あんかけ卵とじ井 春巻き もやしの中華和え 中華スープ サワラの照り焼き かぶの甘酢和え かがめ御飯 味噌汁	スープ 牛乳 カレイの煮付け 厚揚げの塩炒め 白菜のゆかり和え 御飯 味噌汁 鶏肉の甘辛炒め 魚河岸の煮物 カリフラワーのたらこ和え 御飯 味噌汁	ポタージュ 牛乳 年越しそばがんもの炊合する ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	
昼食夕食	牛乳  グリスマス 特別食  サケのバター醤油焼き 南瓜のほっこり煮 小松菜の辛し和え 御飯 味噌汁  エネルギニ:1525 タンパク:64.8	ポタージュ 牛乳 脈肉のオイスター炒め 切り昆布の煮物 春物のピーナッツ和え 御飯 清まし汁 アカウオの生姜煮 金平牛蒡 枝豆の和え物 菜飯 味噌汁 エポルギー:1743 ゲンパウ:73.9	スープ 牛乳 フライ盛合せ おと車魅の炊き合わせ ナスの即席漬け 御飯 味噌汁 牛肉のしぐれ煮 さつま揚げと青業の炒め物 セロリの酢味噌かけ 御飯 清まし汁 エネルギー:1658 欠ハウ:69.5	牛乳 ホッケの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 いんげんの和え物 御飯 味噌汁 <sup>鶏肉のネギソースかけ</sup> ほうれん草と茸の煮浸し 大根の梅肉和え 御飯 清まし汁 <sup>1444-11512</sup> 欠かり:68.8	ポタージュ 牛乳 中華あんかけ卵とじ丼 春巻き もやしの中華和え 中華スープ サワラの照り焼き 茄子の揚げ浸し かぶの甘酢和 たかめ御飯 味噌汁 エキルギー:1545 タンパク:56.5	スープ 牛乳 カレイの煮付け 厚揚げの塩炒め 白菜のゆかり和え 御飯 味噌汁 鶏肉の甘辛炒め 魚河岸の煮物 カリフラワーのたらこ和え 御飯	ポタージュ 牛乳 年越しそば がんもの炊合せ 青菜の胡麻和え 自身魚の茸あんかけ 茄子の炒め物 卵豆腐 御飯 清まし汁 エポルギー:1538 タンパク:71.1	