



# 献立表



	月	火	水	木	金	土	日
	12	13	14	15	16	17	18
朝食	米飯 白菜とベーコンのコンソメ煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 茄子のおかか煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 炒り豆腐 味噌汁 ヤクルト 佃煮	米飯 鰯の梅煮 味噌汁 ヤクルト 佃煮	米飯 南瓜のそぼろ餡 味噌汁 ヤクルト 明太風味ソース	パン チーズオムレツ コンスープ ヤクルト ジャム	米飯 キャベツと竹輪の玉子炒め 味噌汁 ヤクルト ふりかけ
昼食	米飯 鯖の生姜煮 法蓮草のバター醤油炒め ★人気メニュー ★手作り杏仁豆腐	米飯 トマトとシーフードのオムレツ もやしの海苔酢和え コンスープ	米飯 ★人気メニュー はまちの塩焼 蕪のそぼろ煮 キウイ	米飯 ★人気メニュー 生姜御飯 豚肉と茄子の味噌炒め ジャガ芋とコーンのバターソテー 黄桃缶	米飯 ふりかけ御飯 焼きそば 里芋となるとの煮物 手作りフルーツパエリア	米飯 鶏肉のハニーマスタード焼き パンネのケチャップ炒め 味噌汁	米飯 白身魚フライ オクラのなめたけ和え 味噌汁
夕食	米飯 回鍋肉 五目巾着の煮物 みかん缶	米飯 鶏肉のマーマレード煮 スナッフ・エンドウのカレー炒め パインムース	米飯 ハンバーグデミソースがけ 蓮根の塩バターソテー 味噌汁	米飯 鯖のオイスター照焼 キャベツとはんぺんの炒め物 味噌汁	米飯 豆腐と杉茸の旨煮 青菜のチーズソテー 玉子スープ	米飯 鱈の金山寺焼 牛蒡の汁煮 ピーチムース	米飯 酢鶏 たこ焼き リンゴ缶
3時	プッシュー 3個	チョコクッキー 1袋	黒糖饅頭 1個	プッキー 3個	キャラメルどら焼 1個	丸ぼうろ 1個	練切饅頭【黄のハラ】1個