



# 献立表



	月	火	水	木	金	土	日
	27	28	29	30	31	1	2
朝食	米飯 ミートオムレツ 味噌汁 (厚揚げ・なめこ) 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 白菜とベーコンのコンソメ煮 味噌汁 (ほうれん草・しめじ) 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 厚焼き玉子 味噌汁 (白菜・わかめ) 乳酸菌飲料 佃煮	米飯 鮭の塩焼 味噌汁 (小松菜・えのき) 乳酸菌飲料 ふりかけ	食パン ゆで卵 ヨーグルト 乳酸菌飲料 ジャム	米飯 鯖リタン 味噌汁 (南瓜・ねぎ) 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 五目豆 味噌汁 (大根・しめじ) 乳酸菌飲料 ふりかけ
昼食	米飯 魚の磯部天 ぜんまいの煮物 黄桃缶 	人気メニュー★ 枝豆御飯 厚揚げの玉子とじ ビーフの塩だれ炒め 洋梨缶	米飯 鶏肉の木の芽焼 ひじきの煮物 人参ムース 	人気メニュー★ 米飯 白身魚のピザ風味焼 マカロニサラダ コーンスープ	 米飯 酢鶏風 枝豆とコーンのつまみ蒸し キウイ	人気メニュー★ 米飯 豆腐ハンバーグ 里芋の照り煮 玉子スープ	米飯 ホッケの塩焼 ツナじゃが 味噌汁 (豆腐・葉大根)
夕食	米飯 豚肉の生姜焼 おからサラダ 味噌汁 (白菜・トウモロコシ)	米飯 鶏肉の照焼 惣菜しのだの煮物 清汁	米飯 鱈のムニエル オーロソース 冬瓜と鶏団子の煮物 味噌汁 (南瓜・ねぎ)	米飯 厚揚げのカレー炒め キャベツとはんぺんの味噌炒め フルーツカテル缶	米飯 鱈の味噌マヨ焼き じゃが芋の海苔ソテー 清汁	米飯 鶏肉の韓国風焼 茄子の甘酢煮 手作り牛乳寒天	米飯 豚肉と春雨の炒め物 蕪の煮物 パイン缶
3時	ソフトクレープ 1個	カリソフクッキー 2枚	チョコパイ 1個	マリー 1袋	ホワイトリータ 2本	小麦饅頭 1個	人気メニュー★ アイス 1個