



献立表

	月 20	火 21	水 22	木 23	金 24	土 25	日 26
朝食	米飯 ★高野五目煮 味噌汁 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 ★紅あずまサダ 味噌汁 乳酸菌飲料 佃煮	米飯 ★切干大根の炒め煮 味噌汁 乳酸菌飲料 玉子風味ソース	米飯 ★ハムと野菜のソテー 味噌汁 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 ★がんとインゲンの煮物 味噌汁 乳酸菌飲料 佃煮	米飯 ★れんこん金平 味噌汁 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 Caチーズオムレツ 味噌汁 乳酸菌飲料 明太風味ソース
昼食	米飯 スパニッシュオムレツ 野菜コロッケ リンゴムース	米飯 白身魚の山賊焼 蓮根の金平 みかん缶	シーフードカレー 福神漬 スクランブルエッグ ヨーグルト	ふりかけ御飯 塩チキン 餃子 バナナ	米飯 はまちの塩麴焼 海藻サラダ 味噌汁	米飯 サーモンフライ ジャーマンポテト リンゴ缶	米飯 鶏つくねの照焼 南瓜入り卵の花 味噌汁
夕食	米飯 魚の西京焼 冬瓜のそぼろ餡煮 味噌汁	米飯 豆腐の二色田楽 南瓜の黒糖煮 清汁	米飯 鶏肉のおかか焼 ぜんまいの煮物 味噌汁	米飯 ハンバーグステーキソース エビ団子の煮物 コンソメスープ	米飯 鶏肉の黄金焼き 蕪の煮物 ピーチムース	米飯 麻婆豆腐 青梗菜の炒め物 玉子スープ	米飯 魚の磯辺焼 茄子の味噌煮 メロンムース
3時	ベルギーワッフル1個	雪の宿 1個	スイロール(バナナ) 1/6カット	カントリーマーム 2袋	ミニあんまん 1個	ホームロール 2個	やわらかおかき(海苔塩)1袋