



献立表

	月	火	水	木	金	土	日
	10	11	12	13	14	15	16
朝食	パン チーズオムレツ コンスープ 乳酸菌飲料 ジャム	米飯 ★れんこん金平 味噌汁 乳酸菌飲料 佃煮	米飯 ★高野五目煮 味噌汁 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 ★切干大根サラダ 味噌汁 乳酸菌飲料 玉子風味ソース	米飯 ★牛蒡金平 味噌汁 乳酸菌飲料 佃煮	米飯 ★紅あずまサラダ 味噌汁 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 法蓮草オムレツ 味噌汁 乳酸菌飲料 明太風味ソース
昼食	米飯 鯖の塩焼 大根のツナ煮 味噌汁	米飯 白身魚の黄金焼 かき揚げの甘酢生姜和え 味噌汁	米飯 豚肉と蒟蒻の味噌煮 水餃子 中華スープ	米飯 カツ煮 ブロッコリーと海老のソテー 味噌汁	米飯 ハンバーグホワイトソースがけ ビビンバ 手作りババロア	米飯 豚肉の梅肉炒め がんもの含め煮 味噌汁	米飯 鱈の塩焼 金平牛蒡 バナナ
夕食	米飯 豚肉のチャプチェ風 もやしのソテー メロンムース	米飯 玉子焼き和風餡かけ 肉団子のカレー煮 みかん	米飯 魚のムニエルオーロラソース マカロニのソテー パインムース	米飯 魚のおろし煮 茄子の味噌炒め フルーツ缶	米飯 魚の柚子胡椒焼 もずくの酢の物 清汁	米飯 鰯の味噌煮 蓮根と干しエビのソテー フルーツ缶	米飯 豚肉のしぐれ煮 もやしとツナのサラダ 味噌汁
3時	Caチョコレート 1袋	チョコパイ 1個	牛乳ケーキ 1個	ぽたぽた焼 1袋	練切饅頭【ハート饅頭】 1個	チョコス 1袋	スイスロール 1/6カット