

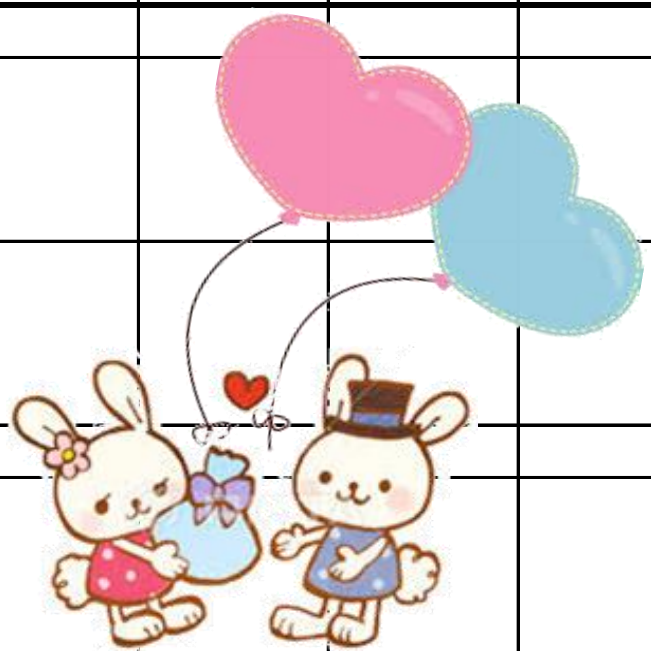


献立表

			1日 (水)	2日 (木)	3日 (金)	4日 (土)			
朝			ごはん 牛蒡の甘辛炒め 小松菜のおかか和え みそ汁	ごはん はんぺんの卵とし 香味和え みそ汁	食パン(マーガリン) ミートボールのトマト煮 バナナ コーヒー	ごはん 野菜炒め 納豆 みそ汁			
昼			ごはん 焼きうどん ピリ辛炒め オクラのなめ茸和え	ごはん マーガリンの煮付け キャベツの梅和え エビカツ 漬物	巻寿司 鯛フライ 春菊のお浸し 節分汁	ごはん チキンカツ 小松菜の和え物 ポテトサラダ 漬物			
おやつ			牛乳・ さつま芋デニッシュ		節分豆	おはぎ			
夕			ごはん 揚げだし豆腐 オイスター炒め オクラ和え すまし汁	ごはん 鶏の味噌だれ焼 薩摩芋とインゲン醤油炒め もやしの甘酢和え	ごはん 鯖の若狭焼き 白菜の浅漬け 切干大根の炒り煮 蓮根の挟み揚げ すまし汁	ごはん 魚のコンマヨ焼き ツナサラダ 南瓜のひじき煮 みそ汁			
			5日 (日)	6日 (月)	7日 (火)	8日 (水)	9日 (木)	10日 (金)	11日 (土)
朝	コッペパン(リンゴ) クリーム煮 栄養サラダ スライスチーズ	ごはん 大根と蒟蒻のピリ辛炒め ブロッコリーサラダ みそ汁	ごはん 目玉焼き スパゲッティサラダ みそ汁	食パン(マーメイド) コンソメ煮 インゲンソテー バナナ	ごはん かぶりのカレー炒め 青菜とひじきの和え物 かきたま汁	ごはん 厚焼き卵 青梗菜のおかか和え みそ汁	ごはん はんぺんとインゲンの甘辛炒め 納豆 みそ汁		
昼	ごはん カレイの唐揚げ かみなり豆腐 柚子和え 漬物	ごはん 鶏肉の柔か煮 キャベツの梅和え かニクリミココロク 漬物	紫ごはん あんかけ焼きそば 竹輪の磯部揚げ フルーツ	ごはん 鯖の香味焼き 南瓜そぼろ煮 菜種和え 漬物	ごはん 鶏肉のみぞれ煮 拌三絲 薩摩芋のきな粉和え 漬物	ごはん 豚肉の生姜焼き おひら草のお浸し 厚揚げの甘辛炒め 漬物	ごはん 鯖の塩焼き 南瓜天ぷら 小松菜の柚子和え 漬物		
おやつ	牛乳・ドーナツ	アセロラゼリー	牛乳・ワッフルスティック	コーヒー・チョコパイ	牛乳・くるみ蒸し	牛乳・蜂蜜ケーキ	コーヒー・プリン		
夕	ごはん 豚キム炒め カゲルサラダ 春巻き かき玉汁	ごはん 鰻のバター醤油焼 五目煮豆 ポンド酢和え みそ汁	ごはん 鶏とキャベツのガーリック焼 豆腐と納豆草煮 大根サラダ みそ汁	ハンバーグ カニカニサラダ フルーツ寒天	ごはん 鱈の味噌バター焼 レバー炒め もやしの五目ごま和え すまし汁	ごはん 鶏つくねの小判焼 里芋の白煮 白菜の昆布和え すまし汁	ごはん 親子煮 キャベツ炒め 蓮根サラダ みそ汁		
			12日 (日)	13日 (月)	14日 (火)	15日 (水)	16日 (木)	17日 (金)	18日 (土)
朝	コッペパン(苺) ジャマンポテト クリーム煮 スライスチーズ	ごはん 牛蒡とひじき煮 オクラの梅おかか和え かき玉汁	ごはん 白菜の煮浸し 薩摩芋サラダ みそ汁	食パン(マーガリン) ミートボールの炒め物 ミルクスープ バナナ コーヒー	ごはん ひじき煮 おひら草サラダ すまし汁	ごはん スクランブルエッグ インゲンのカレーマヨ和え みそ汁	ごはん 納豆 山葵和え みそ汁		
昼	ごはん 鶏肉の磯部揚げ 切干大根のサラダ 香味炒め 漬物	ごはん 麻婆豆腐 スタップエンドウの中華サラダ エビ焼売 漬物	おムライスの クリームソースがけ ブロッコリーサラダ コンソメスープ オレンジ	ごはん 鶏肉のおろしポン酢かけ じゃが芋金平 インゲンのおかか和え 漬物	ごはん 鯛フライ 青梗菜の社塩ナムル 大豆の甘辛煮 漬物	中華丼 揚げ餃子 フルーツ杏仁 わかめスープ	ごはん 魚のピカタ カニカニサラダ じゃが芋のバター醤油炒め 漬物		
おやつ	牛乳・パウンドケーキ		コーヒー・ショコラ蒸しケーキ	牛乳・リンゴデニッシュ	牛乳・シュガーツイスト	牛乳・チーズ蒸し	ぶどうゼリー		
夕	ごはん マーガリンの生姜煮 かぶりのカレー炒め 春菊のゴマ味噌和え すまし汁	【外食会】	ごはん 鯖の西京焼き 炒り豆腐 青梗菜の香味和え すまし汁	ごはん 変わり柳川風煮 スタップエンドウと竹輪の ごま塩炒め マカロニサラダ みそ汁	ごはん ゴーキョウ 南瓜とベーコンのソテー コールスロー コンソメスープ	ごはん 鯖の味噌煮 ビーマンの塩昆布炒め 白菜の梅和え すまし汁	ごはん ちゃんこ鍋風 蓮根ピリ辛炒め煮 ツナサラダ		



	19日 (日)	20日 (月)	21日 (火)	22日 (水)	23日 (木)	24日 (金)	25日 (土)
朝	コッパパン(蜂蜜) カリフラワー スライスチーズ クリーム煮	ごはん 竹輪と蒟蒻の炒め物 スタッフ エンドウのボン酢和え みそ汁	ごはん 厚焼き卵 白菜のごま和え みそ汁	ごはん 春菊のお浸し ひじき煮 みそ汁	食パン(マーマレード) 目玉焼き スパゲッティサラダ バナナ	ごはん 鶏肉とゼンマイ煮 青梗菜のおかか和え みそ汁	ごはん はんぺん卵とじ 小松菜の煮浸し みそ汁
昼	ごはん 鱈の照焼 高野の卵とじ ホレン草の和え物 漬物	かき揚げ丼 大根田楽 青梗菜とシメジの中華和え すまし汁	ごはん けんちんうどん 蓮根天ぷら オクラのなめ茸和え	ごはん 鶏唐揚げ ブロッコリーサラダ 五目煮豆 漬物	ごはん 鱈のきのこあんかけ オイスター炒め 大根の浅漬け 漬物	香味料炒飯 肉団子の甘酢あん スタッフ エンドウの中華サラダ フルーツ 漬物	ごはん 鶏のピカタ ホレン草のサラダ フライドポテト 漬物
おやつ	コーヒー・サッポロポテト	牛乳・ひねくれ棒	牛乳・カステラ	牛乳・あんずケーキ	コーヒー・ベルギーワッフル	牛乳・アーモンドカステラ	牛乳・どら焼き
夕	ごはん 回鍋肉 絹さやと春雨サラダ 南瓜コロッケ 中華スープ	ごはん 鶏肉の塩麴焼き 薩摩芋の甘煮 春菊の白和え すまし汁	ごはん ガール煮付け 切干大根の炒め物 ホレン草の甘酢和え みそ汁	ポークカレー 茹卵 牛蒡サラダ フルーツヨーグルト	ごはん 青椒肉絲 餃子 焼きビーフン 中華卵スープ	ごはん ホリの味噌バター焼 三色金平 柚子サラダ すまし汁	ごはん 豚肉の焼肉風 コーンクリームコロッケ ブロッコリーの和え物 みそ汁
	26日 (日)	27日 (月)	28日 (火)				
朝	コッパパン(苺) インゲンソテー クリーム煮 スライスチーズ	ごはん 平天と牛蒡の炒め煮 キャベツのごま和え みそ汁	ごはん 筍のおかか煮 小松菜の梅肉和え みそ汁				
昼	ごはん 関東煮 ピリ辛炒め 菜の花のお浸し 漬物	ごはん 肉豆腐 薩摩芋の天ぷら 大根の柚香和え	ごはん 鱈のムニエル ホレン草のバナスタ 大根と人参のレモサラダ 漬物				
おやつ	牛乳・パウダケーキ	牛乳・マフィン	コーヒー・スティックケーキ				
夕	ごはん か玉あんかけ いば炒め 春菊のごま味噌和え すまし汁	ビビンバ丼 エビ焼売 スタッフ エンドウサラダ わかめスープ	ごはん クリームシチュー ホタテフライ ブロッコリーサラダ				



福は内
鬼は外

