

献立表

	日	月	火	水	木	金	土
	10	11	12	13	14	15	16
朝食	パン パンプキンスープ オムレツ カワラ-のサラダ フル-ヨーグルト	米飯 味噌汁 さつま煮 温泉卵 白菜のお浸し のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁 野菜卵とし たらと鶏のミートボール 金平ポテト 梅干し 牛乳	米飯 味噌汁 豚肉野菜巻き 納豆 ほうれん草のしらす和え 牛乳	米飯 味噌汁 鶏そぼろ信田煮 ゆかり和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 肉団子煮 じゃがいも土佐煮 のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁 ウ-西京焼き 卵豆腐 小松菜海苔和え ふりかけ 牛乳
昼食	散らし寿司 すまし汁 魚の幽庵焼き 揚げ出し豆腐 果物	ソース焼きそば 中華スープ 焼き餃子 果物	カツ丼 味噌汁 オクラ和風サラダ 果物	おにぎり 味噌汁 サバの味噌煮 南瓜そぼろあん 果物	ハヤシライス オニオンスープ スパゲティサラダ デザート	米飯 ポトフ風 フライ盛り合わせ シーフードサラダ 果物	スタミナ丼 味噌汁 ポテトサラダ ミルクゼリー
夕食	米飯 コンソメスープ ポークステーキ フライ盛り合わせ マセドアンサラダ 乳酸菌飲料	米飯 味噌汁 魚のあんかけ香味野菜のせ かぼちゃコロッケ アスパラツタマヨかけ ジュース	米飯 具沢山汁 サンマの塩焼き 豆腐真丈の煮物 ブロッコリー-の和え物 ヨーグルト	米飯 コーンスープ 鶏肉のピザ焼き ロールキャベツ かぼちゃサラダ 乳酸菌飲料	炊き込みごはん 味噌汁 タラの磯部揚げ 冷奴 菜の花菜種和え ゼリー	中華丼 中華スープ 春雨サラダ 杏仁豆腐	米飯 味噌汁 柳川風煮 南瓜の煮物 大根の梅じゃこ和え 野菜ジュース
3時	ホットケーキ	プリンアラモード	クレープ	さつま芋ケーキ	黒ゴマプリン	アップルパイ	ドーナッツ