

献立表

	日	月	火	水	木	金	土
	17	18	19	20	21	22	23
朝食	パン ポトフ スペイン風オムレツ 牛乳	米飯 味噌汁 サケの塩焼き 厚焼き玉子 長芋梅和え 牛乳	米飯 味噌汁 肉じゃが もずく和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 チキン二色巻き 海藻サラダ ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 サワラ西京焼き 昆布の煮物 梅干し 牛乳	米飯 味噌汁 里芋そばろあんかけ 笹かま のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁 サンマの蒲焼き 煮奴 たくあん漬 牛乳
昼食	カレーピラフ コンソメスープ チキンナゲット 盛り合わせサラダ 杏仁豆腐	米飯 味噌汁 チキンかつ かぼちゃサラダ 春雨サラダ 果物	焼ききつねうどん おにぎり 五目玉子焼き 果物	米飯 豚汁(丼盛) 鮭のバター醤油焼き 根菜サラダ 果物	えびと木の草のクリームスープ コンソメスープ ハンバーグ 果物	ロールパン トマトスープ煮 白身フライ 大根サラダ フルーツ	照り焼き丼 味噌汁 炊き合わせ 小松菜お浸し 果物
夕食	親子丼 味噌汁 大根のかにあんかけ 菜の花のお浸し ジュース	米飯 クラムチャウダー ポークステーキ サラダ 乳酸菌飲料	チキンライス コーンスープ 魚の香草ピカタ ゼリー	米飯 中華スープ 回鍋肉 ニラ玉 ブロッコリーごまサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁 魚の味噌ホイル焼き 炊き合わせ カリフラワーの甘酢和え 乳酸菌飲料	麻婆丼 中華スープ 焼き餃子 ナムル ジュース	米飯 すまし汁 サワラ味噌漬け焼き フライ オクラサラダ ゼリー
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