

献立表

	日	月	火	水	木	金	土
	8	9	10	11	12	13	14
朝食	パン ポトフ風 肉団子トマト煮 果物 ヨーグルト	米飯 味噌汁 目玉焼き マカロニサラダ オクラおかか和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 納豆 ひじき煮 菜の花辛子和え 牛乳	米飯 味噌汁 サモバタ醤油焼き チキン二色巻き のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁 厚焼き玉子 おろし和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 豆腐のそぼろ炒め なすと厚揚げの味噌煮 オクラゆば和え 味付きのり 牛乳	米飯 味噌汁 イカリ芋 炒り豆腐包み焼き 金平ごぼう 梅干し 牛乳
昼食	山菜そば おにぎり ブロッコリーごま和え ミルクプリン	米飯200g 味噌汁 白身魚の香味ソース さつま芋そぼろあん 切干大根サラダ 果物	ゆかり御飯 味噌汁 白身魚の唐揚げあんかけ 五目玉子 白菜と桜えびの和え物 フルーツ	三色丼 すまし汁 南瓜サラダ 漬物 果物	米飯 味噌汁 ホッケフライ 高野豆腐の煮物 味噌田楽 果物	パン オニオンスープ ロールキャベツトマト煮 トマトサラダ 果物	オムライス コンソメスープ 盛り合わせ プリン
夕食	米飯 中華スープ カニ玉風 ビーフンソテー 海草サラダ 乳酸菌飲料	わかめ御飯 つみれ汁(丼盛) 鶏の治部煮 れんこんきんぴら 野菜ジュース	チキンカレー コンソメスープ イカリング グリーンサラダ ジュース	米飯 味噌汁 豚しょうが焼き 炒り豆腐 菜の花とじゃこ和え ゼリー	米飯 中華スープ 酢豚 えび焼売・春巻き 盛り合わせサラダ 乳酸菌飲料	えびかつとしじり けんちん汁 もやしのごま酢和え ヨーグルト	米飯 味噌汁 白身魚のマヨネーズ焼き 焼きそば ミートボール ゼリー
3時	ホットケーキ	プリンアラモード	チーズケーキ	さつま芋ケーキ	黒ゴマプリン	どら焼き	ドーナッツ