

A1 :一般食常菜1850

選択食メニュー表

		11月 9日(日)	11月10日(月)	11月11日(火)	11月12日(水)	11月13日(木)	11月14日(金)	11月15日(土)
朝	A	バターロール マーガリン ジャム カレースープ フルーツ 牛乳	パン、レーズン マーガリン ジャム 華風サラダ フルーツ 牛乳	バターロール マーガリン ジャム 大豆ソテー フルーツ 牛乳	パン、クロワッサン マーガリン ジャム ○スープ 煮 ○オムレツ ヨーグルト	バターロール マーガリン ジャム ○ハムサラダ フルーツ 牛乳	バターロール マーガリン ジャム 卵モヤシソテー フルーツ 牛乳	バターロール マーガリン ジャム 洋風ポテト炒め フルーツ 牛乳
	B	米飯 味噌汁 ○含め煮 うぐいす豆 フルーツ 牛乳	米飯 味噌汁 魚西京焼(小) 華風和え フルーツ 牛乳	米飯 味噌汁 大豆ソテー 梅干 フルーツ 牛乳	米飯 味噌汁 ○オムレツ 煮浸し 梅干 牛乳	米飯 味噌汁 酢醤油和え きんととき豆 フルーツ 牛乳	米飯 味噌汁 卵モヤシソテー ナメ茸おろし フルーツ 牛乳	米飯 味噌汁 じゃが煮 ふりかけ フルーツ 牛乳
昼	A	米飯 すまし汁 魚盛合せ 〃 ○梅酢和え 沢あん 医ビ―チゼリー	米飯 ○野菜スープ ○鶏トマトソース煮 〃 ○サラダ 漬け物	米飯 ○すまし汁 ○鶏チーズ 焼 レモン ○ポテト金平 しば漬	米飯 ○味噌汁 ○魚オイル焼 しし唐 焼きポテト ○炒煮 3ml醤油 1コ 沢あん	米飯 ○ケンチン汁 ○魚てり焼 付け合せ ○酢の物 楽京漬	米飯 ○魚立田揚 ポテト&ソテー レモン ○海藻サラダ 福神漬 豆乳プリン	米飯 ○千草焼き ○くるみ and え ○甘酢漬 フルーツ
	B	肉丼 、 すまし汁 ○梅酢和え 沢あん 医ビ―チゼリー	米飯 豚汁 魚レモン醤油焼 和シ、ショウユ ○サラダ 漬け物	ツナ卵サンドイッチ スープ Ca入チーズ トマト フルーツ	米飯 ○味噌汁 コロッケ盛合せ キャベツ ○鶏野菜 5mlソース	焼きそば 茹卵 南瓜煮付 ○酢の物 医ミカンゼリー	米飯 ○ドライカレー ○海藻サラダ 福神漬 豆乳プリン	三色丼 、 ○くるみ and え ○甘酢漬 フルーツ
夕	A	米飯 ○鶏甘酢焼き 付け合せ ○カリフラワー旨煮 お浸し 3ml醤油 1コ しば漬	雑穀ごはん ○さんま蒲焼 ポイルキャベツ ○かぶ酢の物 福神漬 ワインゼリー	米飯 ○味噌汁 ○鯖生姜焼 おろし ○ナムル 3ml醤油 1コ 楽京漬 医プリン	米飯 変り鉄板焼 ○和風サラダ 漬け物 フルーツ	米飯 ロールキャベツ白ソース ○絆 風味和え サツマ芋レモン煮 しば漬	米飯 みぞれ汁 ○和風豚ソテー ○茄子味噌炒め 大根押し漬	米飯 味噌汁 ○鶏磯香揚げ ○ソテー 漬け物
	B	米飯 ○魚おろし煮 ○カリフラワー旨煮 お浸し 3ml醤油 1コ しば漬	雑穀ごはん ○マンチカ キャベツ ○かぶ酢の物 10mlソース 福神漬 ワインゼリー	米飯 ○麻婆豆腐 ○ナムル 杏仁豆腐	米飯 鮭チャンチャン焼 ○和風サラダ 漬け物 フルーツ	米飯 ○魚甘酢アツカ ○絆 風味和え サツマ芋レモン煮 しば漬	米飯 みぞれ汁 赤魚ミンチ漬 オクラ ○茄子味噌炒め 大根押し漬	米飯 味噌汁 鮭マリネ風 ○ソテー 漬け物