

A1 :一般食常菜1850

選択食メニュー表

		1月11日(日)	1月12日(月)	1月13日(火)	1月14日(水)	1月15日(木)	1月16日(金)	1月17日(土)
朝	A	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	パン、レーズン マーガリン ジャム ミネストローネ フルーツ 牛乳	バターロール マーガリン ジャム 盛り合わせ フルーツ 牛乳
	B	米飯 味噌汁 大豆ソテー 梅びしお フルーツ 牛乳	米飯 味噌汁 ○オムレツ 煮浸し 梅びしお 牛乳	米飯 味噌汁 酢醤油和え きんとき豆 フルーツ 牛乳	米飯 味噌汁 卵モヤシソテー ナ茸おろし 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	米飯 味噌汁 魚西京焼(小) 和え物 フルーツ 牛乳	米飯 味噌汁 白印元煮豆 真砂和え 梅びしお 牛乳
昼	A	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 ○くるみ和え ○甘酢漬 フルーツ	米飯 ○おろしハンバーグ ○ジャガ芋煮 白菜漬 フルーツ	きのこ御飯 、 すまし汁 ○魚塩焼 おろし ○なます 3ml醤油 1コ
	B	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 、 ○くるみ和え ○甘酢漬 フルーツ	米飯 △さしみ 茶碗蒸し ○ジャガ芋煮 白菜漬 3ml醤油 1コ フルーツ	きのこ御飯 、 すまし汁 ○松風焼 ○含煮 ○なます
夕	A	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 ○袷 風味和え サツマ芋レン煮 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	米飯 ○わかめスープ ○魚ゴマ風味焼 ソテー しらす和え 医ビーツゼリー	米飯 ○ポークビッツ ソテー ○和風サラダ ふりかけ フルーツ
	B	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 ○魚甘酢ソテー ○袷 風味和え サツマ芋レン煮 しば漬	米飯 みぞれ汁 赤魚ミソ漬 わか ○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	米飯 ○わかめスープ ○中華盛合せ しらす和え 3ml醤油 1コ 辛子バック	米飯 ○魚和えソース ○和風サラダ ふりかけ フルーツ