

A1 :一般食常菜1850

選択食メニュー表

|   |   | 9月27日(日)                                               | 9月28日(月)                                           | 9月29日(火)                                            | 9月30日(水)                                           | 10月 1日(木)                                        | 10月 2日(金)                                             | 10月 3日(土)                                       |
|---|---|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| 朝 | A | バターロール<br>マーガリン<br>ジャム<br>○チンゲン菜ソテー<br>フルーツ<br>牛乳      | パン・変わりパン<br>マーガリン<br>ジャム<br>○スープ煮<br>フルーツ<br>牛乳    | バターロール<br>マーガリン<br>ジャム<br>タラコビーフン<br>フルーツ<br>牛乳     | パン・変わりパン<br>マーガリン<br>ジャム<br>○オムレツ野菜添<br>フルーツ<br>牛乳 | バターロール<br>マーガリン<br>ジャム<br>○和風ソテー<br>フルーツ<br>牛乳   | バターロール<br>マーガリン<br>ジャム<br>ウインナー盛合せ<br>フルーツ<br>牛乳      | パン・レーズン<br>マーガリン<br>ジャム<br>Ca入チーズ<br>○サラダ<br>牛乳 |
|   | B | 米飯<br>味噌汁<br>○チンゲン菜ソテー<br>梅干<br>フルーツ<br>牛乳             | 米飯<br>味噌汁<br>高野含煮<br>お浸し<br>3ml醤油 1コ<br>フルーツ<br>牛乳 | 米飯<br>味噌汁<br>タラコビーフン<br>梅干<br>フルーツ<br>牛乳            | 米飯<br>味噌汁<br>○オムレツ<br>○かか和え<br>フルーツ<br>牛乳          | 米飯<br>味噌汁<br>○和風ソテー<br>梅干<br>フルーツ<br>牛乳          | 米飯<br>味噌汁<br>白印元煮豆<br>しらす和え<br>梅干<br>牛乳               | 米飯<br>味噌汁<br>厚揚げ豆腐<br>マヨ醤油和え<br>梅干<br>牛乳        |
| 昼 | A | 米飯<br>○すまし汁<br>○豚生姜焼<br>南瓜煮付<br>○お浸し<br>3ml醤油 1コ       | 米飯<br>○煮魚盛合せ<br>○ゴマ酢和え<br>ふりかけ<br>フルーツ             | 米飯<br>ポタージュ<br>○魚バジル焼<br>付け合せ<br>レモン<br>○サラダ<br>福神漬 | 米飯<br>豆腐スープ<br>○豚キムチソース<br>○華風和え<br>楽京漬            | 米飯<br>魚梅風味焼<br>大根田楽<br>お浸し<br>3ml醤油 1コ<br>豆乳プリン  | 米飯<br>○ハッシュドビーフ<br>'<br>○サラダ<br>福神漬<br>フルーツ           | 米飯<br>鶏玉風<br>○炒め煮<br>○お浸し<br>3ml醤油 1コ           |
|   | B | 五目炊込飯<br>○すまし汁<br>○鯖塩焼き<br>おろし<br>○お浸し<br>3ml醤油 1コ     | 米飯<br>ポテトグラタン<br>○ミモザ風サラダ<br>ふりかけ<br>フルーツ          | エビピラフ<br>コンソメスープ<br>○チキンソテー<br>付け合せ<br>○サラダ<br>フルーツ | 米飯<br>卵豆腐ソウメン汁<br>○魚甘辛煮<br>○華風和え<br>楽京漬            | ○うどん<br>○カレー南蛮<br>茹卵<br>お浸し<br>3ml醤油 1コ<br>豆乳プリン | 米飯<br>○魚竜田揚げ<br>レモン<br>マッシュポテト<br>○サラダ<br>福神漬<br>フルーツ | 五目寿司<br>具<br>魚レモン焼き<br>茶碗蒸し<br>○お浸し<br>3ml醤油 1コ |
| 夕 | A | 米飯<br>○魚空揚げ<br>レモン<br>○切コブ煮<br>3ml醤油 1コ<br>漬け物<br>フルーツ | 米飯<br>すまし汁<br>○八宝菜<br>○辛子和え<br>楽京漬                 | 米飯<br>味噌汁<br>○ハンバーグ<br>ソテー<br>○くるみと和え<br>沢あん        | 米飯<br>○魚キノコソテー<br>大豆ツマアゲ煮<br>○マロニー酢の物              | 米飯<br>吸物<br>○鶏くわ焼き<br>黄金煮<br>○酢の物                | 米飯<br>味噌汁<br>○魚てり焼<br>○煮付<br>アチャカガ                    | 米飯<br>魚中華風煮<br>付け合せ<br>○ぜんまい炒煮<br>楽京漬<br>青林檎ゼリー |
|   | B | 米飯<br>○鶏甘酢マヨソース<br>キャベツ<br>○切コブ煮<br>漬け物<br>フルーツ        | 米飯<br>すまし汁<br>○鮭南蛮漬<br>○辛子和え<br>楽京漬                | 米飯<br>味噌汁<br>○豆腐卵煮込<br>○くるみと和え<br>沢あん               | 米飯<br>○麻婆茄子<br>○マロニー酢の物<br>○青梗菜塩炒                  | 米飯<br>天ぶら<br>おろし<br>天つゆ<br>○酢の物                  | 米飯<br>味噌汁<br>○豚和風オロソース<br>○煮付<br>アチャカガ                | 米飯<br>豆腐バーグアソカケ<br>○ぜんまい炒煮<br>楽京漬<br>青林檎ゼリー     |