

A1 :一般食常菜1850

選択食メニュー表

		10月11日(日)	10月12日(月)	10月13日(火)	10月14日(水)	10月15日(木)	10月16日(金)	10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、レーズン マーガリン ジャム 華風サラダ 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 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 梅干 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 ○オムレツ 煮浸し 梅干 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	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 梅干 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 ○野菜スープ ○鶏トマトソース煮 ” ○サラダ 漬け物	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 ○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 豚汁 魚レモン醤油焼 和シショウユ ○サラダ 漬け物	米飯 ○味噌汁 コロッケ盛合せ キャベツ ○鶏野菜 5mlソース	米飯 ○ドラйка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	しそごはん ○魚山椒焼 付け合せソテー 茶碗蒸し ○ジャガ芋煮 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	芋ごはん ○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 変り鉄板焼 ○和風サラダ しば漬 フルーツ	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 ○ホークビータ 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	芋ごはん ○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 鮭チャンチャン焼 ○和風サラダ しば漬 フルーツ	米飯 みぞれ汁 赤魚ミソ漬 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	米飯 ○わかめスープ ○中華盛合せ しらす和え 3ml醤油 1コ 辛子パック 医ビーツゼリー	米飯 ○魚和えソース ○和風サラダ ふりかけ フルーツ