

献立表

期 間:2017/11/16~2017/11/30

	日	月	火	水	木	金	土
					16	17	18
朝食					御飯 野菜とソーセージの煮物 うぐいす豆 味噌汁(里芋、エノキ)	御飯 カンモトキと野菜の合煮 鯉の甘露煮 味噌汁(なめこ、葱)	御飯 五目煮豆 だし巻き卵 味噌汁(玉葱、トロコフ)
昼食					ハヤシライス ツナトマトサラダ スクランブルエッグ バナナ 豆腐とトロコフのスーフ	御飯 鶏唐揚げ 里芋にころかし かぶの和え物 キウイとモモ 味噌汁(大根、ワカメ)	御飯 サバの味噌煮 切干大根とヒジキの炒め煮 白和え 柿 粕汁
夕食					御飯 筑前煮 和風サラダ もずく三杯酢	御飯 白菜と豚肉の鍋風 あんかけ豆腐 小松菜からし和え	御飯 クリームシチュー(鶏) 海藻サラダ キャベツの和え物
3時					喫茶室ポピー	煎餅・ミルクココア	フルーツヨーグルト
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	御飯 里芋と大根の煮物 ししゃも甘露煮 味噌汁(小松菜、麩)	御飯 白菜と生揚げの煮物 ウインナー 味噌汁(シメジ、葱)	御飯 かぶとはんぺんの煮物 青苔納豆 味噌汁(ワカメ、白菜)	御飯 きのこの当座煮 華五目卵焼き 味噌汁(玉葱、キャベツ)	御飯 小松菜とベーコンの煮物 イフシ生姜煮 味噌汁(トロコフ、葱)	御飯 あざりとブロッコリーの炒り煮 ミニオムレツ 味噌汁(エノキ、豆腐)	御飯 キャベツとベーコンの煮物 ごんまの甘露煮 味噌汁(なめこ、大根)
昼食	パン ホウレンソウとキノコのソテー マカロニサラダ コーンスープ	とろろうどん 玉葱かき揚げ アサリと小松菜の煮浸し キャベツとハムの和え物	御飯 肉野菜炒め ツナポテトサラダ 漬物(たくあん) りんご 味噌汁(大根、油揚げ)	御飯 鶏だんごとかぶの煮物 里芋のゆずみそがけ ブロッコリーのサラダ バナナヨーグルト 味噌汁(白菜、麩)	三色丼 白菜とあざりのあんかけ 黒豆煮 みかん のっぺい汁	洋風御飯 クリームコロッケ 魚介のサラダ かぶのゆかりあえ フルーツポンチ ワカメスープ	赤飯 すき焼風煮 茶碗蒸し 小松菜のおかかあえ 柿 味噌汁(あざり、浅葱)
夕食	御飯 八宝菜 春雨サラダ ザーサイ	御飯 豚生姜焼き かぼちのサラダ 野菜菜漬け	御飯 さけ大根粕煮 ほうれん草のごま和え ミニ豆腐	御飯 豆腐ハンバーグ 野菜炒め ごぼうのサラダ	御飯 ポトフ スバゲティサラダ まいたけのバター炒め	御飯 ブリ大根 青菜の炒め煮 酢の物	御飯 鶏照り焼き 薩摩芋と人参の甘煮 もやしサラダ
3時	焼きりんご	喫茶室ポピー	飲み物	選べるおやつ	季節の和菓子	ウエハース・牛乳	ケーキ
	26	27	28	29	30		
朝食	御飯 里芋とひじきの煮物 うぐいす豆 味噌汁(かぶ、油揚げ)	御飯 4色きんぴら たらこの煮つけ 味噌汁(シメジ、葱)	御飯 切干大根の炒め煮 浅葱納豆 味噌汁(玉葱、麩)	御飯 かぶと高野豆腐合め煮 鯉の甘露煮 味噌汁(白菜、エノキ)	御飯 カンモトキの煮物 ウインナー 味噌汁(ワカメ、葱)		
昼食	御飯 選択食(ミックスライ、ハンバーグ) 青菜のソテー キャベツのサラダ	御飯 酢豚 中華風和え物 しゅうまい 杏仁豆腐 かき卵スープ	御飯 サンマの塩焼き ハムと野菜の炒め ミニ豆腐 みかん 味噌汁(なめこ、トロコフ)	御飯 カニ玉 野菜の中華風煮 ナムル キウイとモモ ワンタンスープ	御飯 鶏水たき 里芋の田楽 野菜の胡桃和え 柿 椎茸と三葉の漬汁		
夕食	御飯 千草焼き 和風サラダ 漬物(はくさい) 南瓜の和風スープ	麦入り御飯 白菜とつみれの煮物 ブロッコリーごま和え 長芋とろろ	御飯 鶏肉のトマトソース煮 野菜のピーナツ和え さつまいもレモン煮	御飯 肉じゃが ブロッコリーのサラダ 胡麻豆腐	御飯 魚介のクリームシチュー ミニロールキャベツ 南瓜のサラダ		

5 時	お汁粉	喫茶室ポピー	飲み物	運べるおやつ	喫茶室ポピー		
--------	-----	--------	-----	--------	--------	--	--