

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

日曜日



さとまち風食献立表



1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
麻婆豆腐 春巻き揚げ 青梗菜のナムル 中華スープ	鰯のバター醤油焼き 煮込みハンバーグ 白菜の煮びたし インゲンのおかか和え 味噌汁	ちゃんぽんうどん かにシューマイ 青梗菜の中華和え	豚肉と玉ねぎの炒め物 切昆布と大豆の煮物 白菜とカニの酢の物 味噌汁	あじのみりん焼き 大根のそぼろ煮 おくらのおかか和え すまし汁	ハヤシライス インゲンとベーコンのソテー ¹ もやしのフレンチサラダ ヨーグルト(ブルーベリーソース)	メンチカツ きのこのバターソテー ¹ キャベツとかにかまのサラダ 味噌汁
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
きのこおろしそば かき揚げ ほうれん草の和え物	酢鶏 冬瓜のスープ煮 ブロッコリーの青じそドレ 中華スープ	野菜オムレツミートソース 小松菜の炒め物 カリフラワーのサラダ コンソメスープ	さわらの甘酢あんかけ 鶏とブロッコリー塩炒め 大根とさつま揚げの煮物 ほうれん草のなめたけ和え すまし汁	鶏ポン酢照焼丼 かぶの煮物 もやしの和え物 味噌汁	ポークジンジャー ブロッコリーのクリーム煮 ゆでキャベツのサラダ コンソメスープ	麻婆茄子 青梗菜の塩炒め 枝豆とわかめの和え物 中華スープ
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
さばの塩焼き 鶏肉のくわ焼き えび団子の炊き合わせ 青菜と卵の和え物 味噌汁	五目味噌ラーメン えびシューマイ もやしのナムル	豚肉とピーマンの細切り炒め 厚揚げの味噌掛け 蒸しなすの香味ソース すまし汁	野菜カレー コロッケ カリフラワーとコーンのサラダ ヨーグルト	豆腐ハンバーグ マカロニソテー ¹ 揚げなすサラダ 味噌汁	八宝菜 焼き餃子 豆腐サラダ わかめスープ	鶏肉のハニーマスタードソース ほうれん草の炒め物 もやしのサラダ コーンポタージュ
22日	23日	24日(イベント食)	25日(クリスマス)	26日	27日	28日
他人丼 かぶと人参の煮物 いんげんのフレンチサラダ 味噌汁	さばの味噌煮 茄子とひき肉のソテー ¹ 青梗菜のごま酢和え すまし汁	穴子押し寿司 味噌ちゃんこ鍋風 小松菜の磯和え かきたま汁	オムライス 鶏のから揚げ ポテトサラダ コンソメスープ	塩ラーメン 肉団子 大根の酢の物	鶏のねぎだれかけ たらのおろし煮 豆腐のあんかけ オクラおかか和え 味噌汁	肉団子の甘辛煮 ポテトとツナのソテー ¹ もやしのサラダ 味噌汁
29日	30日	31日	は選択メニューです。 全てのお食事にご飯と汁物が付きます！！ (丼物、麺類等を除きます)			
イタリアンオムレツ イカ団子と野菜のコンソメ煮 ブロッコリーのサラダ ポタージュ	鰯のかば焼き丼 冬瓜の煮物 オクラの和え物 味噌汁	かき揚げそば 豚肉となすの甘辛煮 ブロッコリーのサラダ	は選択メニューです。 全てのお食事にご飯と汁物が付きます！！ (丼物、麺類等を除きます)			

