

## 献立表

献立表

						1/1	1/2	1/3
朝	A定食					ご飯 220g 魚の塩焼(たら) F 酢味噌和え(わか) フルーツ缶 清し汁(小松菜・麩) ⑤	ご飯 220g 鶏肉の照り焼き 大根の甘辛煮(皮は) 味噌汁(里芋・大根)	ご飯 220g 銀鯉の塩焼き(60) なます(※A) フルーツ缶 清し汁(白玉麩)
星	A定食					ご飯 220g 松風焼き (T) 大根のべつろ汁/風 甘酢和え(※A・ニン)	ご飯 220g ホワイティシチューF 人参と大根のマリネ フルーツデザート(P)	ご飯 220g 鶏肉と焼豆腐の炒物 長ネギのみたちし風 ※A・7gの和え物
タ	A定食					ご飯 220g 鯉の照り煮(60) 炊き合わせ (T) 茄子のお浸しI	ご飯 220g すきやき煮(冬・T) 南豆腐(※A・皮は) 小松菜の土佐和え (T)	ご飯 220g 鶏肉の生煮焼き(A90) 竹輪と大根の煮物 アロジョーの青じそ和え りんごのコンポート
朝	A定食	1/4 ご飯 220g ほっけの塩焼き 70 魚の和え物 フルーツ缶 清し汁(豆腐)	1/5 ご飯 290g・あんず かつお・とじ のがー(D) フルーツ缶 ジョア (ア・レン)	1/6 ご飯 290g・あんず 小柱のクリーム煮(T) 果物(※A) ジョア (ア・レン)	1/7 ご飯 290g・ｲﾌｿｼﾔﾑ ｽｰﾌﾟ 仕立て P 果物(※A・0.5単位) ジョア (ア・レン)	1/8 ご飯 290g・あんず 野菜の炒め物(小柱) フルーツ缶 ジョア (ア・レン)	1/9 ご飯 290g・あんず 野菜ソテー (F) フルーツ缶 ジョア (ア・レン)	1/10 ご飯 290g・あんず ホークのトマト煮 果物(※A) ジョア (ア・レン)
星	A定食	ご飯 220g 鶏肉のトマト煮T かしの味噌炒め⑤ 春雨サラダ(T)	ご飯 220g 田鰻肉 T 大根とツナの炒めF 手作りゼリー(ｲﾅﾝ)	ご飯 220g 鮎の香味ﾌｰﾅ⑤ 春雨の金平煮 小松菜の土佐和え(T)	肉うどんI めんつゆ(選) 竹輪と大根の金平 煮豆(金時豆) T	ご飯 220g 黒むつ野菜あんかけ 南豆腐の煮物(T) 白菜のお浸しI	ご飯 220g 豚肉の生煮炒め ※A和生キャベツ⑤ 白菜ソテー	ご飯 220g 鯉の田楽焼き⑤ 鯉の味噌煮 春雨ﾅﾅﾗﾀﾞ(※A・)
タ	A定食	ご飯 220g メバルの照り焼きT なめ煮(大根・人参) 南豆腐(T) ⑤ 清し汁(小松菜・麩) ⑤	ご飯 220g ｲﾒﾒｰｻ(白身)ﾚﾓﾝ焼き ﾎﾞﾂﾂﾂ きり豆腐 味噌汁(ﾅﾒ. ﾏﾅﾅ) ⑤	ご飯 220g ﾐｰﾄﾞﾛｰﾌﾟ(T) ﾏｲ ｸﾞﾏｲﾅﾅﾗﾀﾞ(ﾌﾙﾄﾞﾚ ﾌﾞﾘﾝｼﾞ) ⑤ 味噌汁(豆麩)	ご飯 220g 赤魚の西京焼き(60) 鶏さばりと黒の煮物 こま和え(キャベツ⑤) フルーツ缶	ご飯 220g 野菜の甘辛炒め(D) 黒豆の煮物 清し汁(白玉麩)	ご飯 220g 赤込みﾊﾝﾊﾞｰｰ(ﾏﾅﾅ)D ﾅﾅﾗﾀﾞ 赤じき生煮和え⑤ ｺﾝﾅｽﾞ(※A・ﾌﾞﾗﾝﾅ)	ご飯 220g 鶏肉の甘辛焼き(80) お浸し(ﾅﾅﾗﾀﾞ) (T) きりい田楽煮かけ 味噌汁(豆腐)
朝	A定食	1/11 ご飯 290g・ｲﾌｿｼﾔﾑ ﾏﾝ ﾏ ﾏ ﾏ ﾏ ﾏ ﾌｵ ﾏ ﾏ ﾏ ﾏ ﾏ ﾌﾙｰﾂ ﾏ ﾏ ｼｮｱ (ﾌﾞﾚﾝ)	1/12 ご飯 290g・ｲﾌｿｼﾔﾑ 鶏肉のﾄﾚｰｽｰﾌﾟ 煮F(減 果物(※A・0.5単位) ｼｮｱ (ﾌﾞﾚﾝ)	1/13 ご飯 290g・あんず 野菜ソテー U 果物(※A・0.5単位) ｼｮｱ (ﾌﾞﾚﾝ)	1/14 ご飯 290g・ｲﾌｿｼﾔﾑ かつお(T) フルーツ缶 ｼｮｱ (ﾌﾞﾚﾝ)	1/15 ご飯 290g・あんず 鶏肉のﾄﾚｰｽ煮 フルーツ缶 ｼｮｱ (ﾌﾞﾚﾝ)	1/16 ご飯 290g・ｲﾌｿｼﾔﾑ ツナサラダ (T) フルーツ缶 ｼｮｱ (ﾌﾞﾚﾝ)	1/17 ご飯 290g・あんず 豚しゃぶﾅﾅﾗﾀﾞ ⑤ フルーツ缶 ｼｮｱ (ﾌﾞﾚﾝ)
星	A定食	ご飯 220g 鶏肉のBBQ焼き⑤ さつま芋とりんご煮D ﾌﾛｯﾎﾟｰﾅﾗﾀﾞ (P)	けんちんうどん けんちんつゆ T減 菜豆(金時豆) T 甘酢和え(かぶ)	ご飯 220g ｲﾒﾒｰｻのﾄﾚｰｽ(80)T ﾎﾞﾂﾂﾂ きり豆腐 キャベツサラダ 手作りゼリー(ｲﾅﾝ)	ご飯 220g ホキの味噌焼き 里芋の煮物 お浸し(ﾅﾅﾗﾀﾞ) (T)	ご飯 220g 八宝菜 (T) 野菜の煮物(みかん) 味噌汁(※A・豆腐)	ご飯 220g ﾊﾞﾙﾄのﾅﾅﾗﾀﾞ焼き風(T) 鶏さばりと黒の炒め煮 ﾌﾙｰﾂｶｯﾀﾙ	ご飯 220g ﾁｷﾝﾅﾅﾗﾀﾞ(ﾏﾅﾅ80T) 花芽ﾌﾙｰﾂ ﾏ ﾏ ﾏ ﾏ ﾏ ﾌﾙｰﾂ ﾏ