

# Weekly Menu



日	曜日	2月1日 (水)	2月2日 (木)	2月3日 (金)	2月4日 (土)	2月5日 (日)
朝食	ご飯 パン	ほうれん草スクランブル	お茶漬けの日 さわらの塩焼き	チキンナゲット	ツナオムレツ	シリアルの日 根菜鶏つくねハンバーグ
	ご飯 パン	タイ風春雨サラダ 納豆 豆腐とわかめの味噌汁 牛乳 ご飯 or食パン・ ジャム・マーガリン	がんもの煮物 白菜のゴマ和え わかめとえのきの味噌汁 コーヒ牛乳 ご飯 or 食パン・ジャム・マーガリン	ほうれん草と人参のソテー バナナ キャベツと油揚げの味噌汁 牛乳 ご飯 or食パン・ ジャム・マーガリン	キャベツとチャーシューの中華和え カップヨーグルト 大根とわかめの味噌汁 ジョア ご飯or 食パン・ジャム・マーガリン	ひじきの胡麻マヨサラダ ミックスサラダ 白菜と油揚げの味噌汁 牛乳 ご飯or 食パン・ジャム・ マーガリン & シリアル
昼食	A	鶏の竜田揚げ丼	担々うどん	金曜日は カレーの日 チキンカレー	スタミナ丼	ソースかつ丼
	B	揚げ出し豆腐の肉野菜あん	ハムカツと コーンポタージュフライ	たらの麻婆ソース		
	A	ゴボウのカリカリサラダ ミックスサラダ 三色寒天ゼリー わかめと玉葱の味噌汁	トマトビーンズ ミックスサラダ フルーチェ ミックスオレンジ もやしと人参のスープ	さつま芋ダイスサラダ ミックスサラダ ココアワッフル 野菜スープ	春巻 ミックスサラダ 黄桃缶 わかめスープ	ポテトの醤油バター風味 スチーム野菜 (もやし&ほうれん草) グレープフルーツ わかめとえのきの味噌汁
	B	A定食が麺類の場合とB定食にはご飯が付きまます。				
夕食	A	ミックスフライ	NEW! 豚肉と卵の塩野菜炒め	2月3日 節分 イワシの膏のりフライ 大豆トマトソース	鶏の唐揚げ おろしポン酢	鶏肉の明太マヨ焼き
	B	ゆで豚のピーナッツソースかけ	気仙沼カツオカツ	豚肉と大根の炒め煮		
	A	エリンギ炒め ミックスサラダ 小松菜と油揚げの味噌汁 ご飯・フリードリンク	大根のそぼろあん ミックスサラダ 豆腐となめこの味噌汁 ご飯・フリードリンク	蓮根のごま和え ミックスサラダ 白菜とわかめの味噌汁 ご飯・フリードリンク	ワカメとしめじの煮浸し ミックスサラダ 玉葱と油揚げの味噌汁 ご飯・フリードリンク	青梗菜ともやしのナムル ミックスサラダ 春雨スープ ご飯・フリードリンク
B	栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 Salt:食塩相当量					
B	いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。					

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 Salt:食塩相当量  
いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。



