



# 週 間 献 立 表



	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
<b>朝和食</b>	御飯 温泉卵のあんかけ 大根の青じそ和え 味噌汁 のり佃煮 ミルク又はりんごジュース 478 Kcal	御飯 がんもの煮物 青梗菜と竹輪の胡麻サラダ 味噌汁 たい味噌 ミルク 518 Kcal	御飯 巣籠もり卵 アスパラのわさび和え 味噌汁 梅びしお ミルク 474 Kcal	御飯 いわしの梅煮 インゲンの磯和え 味噌汁 ふりかけ ミルク又はヤクルト 449 Kcal	御飯 高野豆腐の五目煮 オクラとろろ 味噌汁 のり佃煮 ミルク 449 Kcal	御飯 目玉焼き ほうれん草のゆず浸し 味噌汁 たい味噌 ミルク又はジョアストロベリー 446 Kcal	御飯 肉団子と白菜の煮物 キャベツのシラス和え 味噌汁 梅干し ミルク 475 Kcal	
<b>朝洋食</b>	日替わりパン (ストロベリー) スクランブルエッグ 豆乳スープ ミルク又はりんごジュース 405 Kcal	日替わりパン (チョコ) 大豆の野菜スープ 青梗菜のサラダ ミルク 435 Kcal	日替わりパン (プリン) 巣籠もり卵 コーンポタージュ ミルク 478 Kcal	日替わりパン (ブルーベリー) 白身魚のマスタード焼 さつま芋のスープ ミルク又はヤクルト 403 Kcal	日替わりパン (コーヒー) かぶのスープ煮 ポテトサラダ ミルク 415 Kcal	日替わりパン (バナナ) 目玉焼き ほうれん草のソテー ミルク又はジョアストロベリー 401 Kcal	日替わりパン (メイプル) 肉団子と白菜のスープ煮 キャベツのサラダ ミルク 437 Kcal	
<b>昼定食</b>	御飯 豚肉のスタミナ炒め マカロニサラダ 味噌汁 フルーツ・りんご 498 Kcal	*新そば かき揚げ 根野菜のゆず味噌煮 フルーツ・みかん 502 Kcal	<b>お楽しみ昼食</b> <b>秋の実り御膳</b> <b>松茸ご飯</b>		御飯 豚肉の香味焼き 小松菜のポン酢和え 味噌汁 フルーツ・黄桃 412 Kcal	御飯 かに玉 蓮根のソテー 中華サラダ フルーツ・パイナップル 424 Kcal	御飯 ブリの生姜焼 さつま芋の煮物 味噌汁 フルーツ・柿 515 Kcal	御飯 鶏肉の梅醤油焼き 青梗菜の和え物 味噌汁 フルーツ・ぶどう 400 Kcal
<b>夕定食</b>	御飯 銀だらの粕漬け焼き 里芋といかの煮物 カリフラワーのドレッシング和え 味噌汁 486 Kcal	御飯 麻婆豆腐 ブロッコリーの華風炒め 春雨サラダ スープ 458 Kcal	御飯 牛肉の山椒煮 茄子の炒め物 味噌汁 フルーツ・キウイ 465 Kcal	御飯 刺身 きんぴらごぼう 味噌汁 426 Kcal	菜飯 おでん 三色煮豆 白菜のサラダ 45.1 Kcal	御飯 ポークチャップ コンソメ煮 ブロッコリーとコーンのサラダ 栗のポタージュ 583 Kcal	御飯 さんまの塩焼 ひじきの炒め煮 かぶの酢の物 味噌汁 468 Kcal	
<b>おやつ</b>	二色芋ようかん	マンゴーケーキ	どら焼き・抹茶あん	ヨーグルトババロア	かもめの玉子 岩手・さとう菓子	パンプキンまんじゅう	ショコラケーキ	

\*仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。あらかじめ御了承下さい。

\*新そば…北海道・幌加内農協と契約栽培の取り立てのそばの実を石臼で挽きました。香り・味を大切に打ち上げたお蕎麦です。

昼食・夕食の其々メニューの一品若しくは、主食・副食の二品を刻み～ペースト食の方は、ソフト食で対応します。

