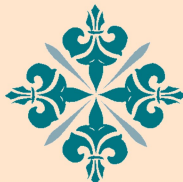




M E N



1月9日 1月10日 1月11日 1月12日 1月13日 1月14日 1月8日

MON TUE WED THU FRI SAT SUN

朝食

カスタードロール 牛乳（低脂肪） かに風味サラダ	ロールパン 牛乳（低脂肪） ロースハムのマリ ネ	食パン 牛乳（低脂肪） チキンサラダ	ロールパン 牛乳（低脂肪） シーチキンサラダ	食パン 牛乳（低脂肪） エビとブロッコリー のサラダ	イエローパン 牛乳（低脂肪） 卵サラダ	北海道ミルクパン 牛乳（低脂肪） カリフラワーのサ ラダ
--------------------------------	-----------------------------------	--------------------------	------------------------------	-------------------------------------	---------------------------	---------------------------------------

昼食

ナポリタンスパゲ ティ 米飯 和風サラダ りんご	深川ごはん 刺身の盛り合わせ 季節の炊き合わせ 柿なます 茶わん蒸し	米飯 赤魚の有馬焼き きやべつのごま酢 和 煮豆（白いんげん） みかん	米飯 鱈の柚庵焼 れんこんの金平風 もやし酢の物 かす汁	お好み焼き 米飯 大根とうすあげ煮 物 フルーツ（キウイ）	米飯 ゆで豚のゴマみそ 貝柱酢の物 のっぺい汁 フルーツ（オレン ジ）	米飯 魚ゆず胡椒焼 春菊のごまあえ 切り干し大根の煮 物 バナナ
--------------------------------------	--	--	--	---	--	---

おやつ

水仙花 練り切り 緑茶		ぜんざい 緑茶				
----------------	--	------------	--	--	--	--

夕食

米飯 鶏つくね焼き 五目金平 きゅうりわさびあ え みぶな漬	米飯 さばの塩焼き 卵炒め たこの酢の物 白菜漬	米飯 若鶏のトマト煮 マセドアンサラダ 白菜ソテー フルーツ（ぶどう）	米飯 鶏肉からあげ キャベツうすあげ めんつゆ和え ぜんまいの煮物 なす漬	米飯 煮込みハンバーグ ほうれん草のソテー ハッシュドポテト 青しそ漬け	米飯 おでん マグロの山かけ ブロッコリーピーナツ和 え さくら漬け	米飯 えび玉 チンゲン菜炒め煮 五目煮 さくら漬け
---	--------------------------------------	---	--	--	---	---------------------------------------

