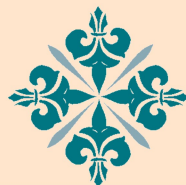




# M E N U



|  |      |      |      |      |       |       |       |
|--|------|------|------|------|-------|-------|-------|
|  | 3月6日 | 3月7日 | 3月8日 | 3月9日 | 3月10日 | 3月11日 | 3月12日 |
|--|------|------|------|------|-------|-------|-------|

|  |     |     |     |     |     |     |     |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|  | MON | TUE | WED | THU | FRI | SAT | SUN |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|

| 朝食 | 芋粥<br>大根ごまあえ<br>しその実漬<br>黄桃缶 | 米飯<br>みそ汁（白菜）<br>温泉たまご<br>味付けのり | 食パン<br>牛乳（低脂肪）<br>マカロニチーズサ<br>ラダ | 食パン<br>牛乳（低脂肪）<br>かぼちゃサラダ | 食パン<br>牛乳（低脂肪）<br>かに風味サラダ | 米飯<br>みそ汁（大根）<br>温泉たまご<br>味付けのり | 食パン<br>牛乳（低脂肪）<br>大根サラダ |
|----|------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------------|-------------------------|
|----|------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------------|-------------------------|

| 昼食 | 肉うどん<br>白菜ときゅうりの<br>酢の物<br>はまさき | 五目焼きそば<br>きゅうりわさびマ<br>ヨネーズ<br>パイナップル | 魚のごまみそ焼<br>白菜の煮付<br>うずら煮豆<br>きゅうり漬 | カレーライス<br>グリーンサラダ<br>パイナップル | にぎり寿司<br>シーチキンサラダ<br>赤だし<br>りんご | チキンライス<br>カリフラワーのマ<br>リネ<br>コーンスープ<br>フルーツ（キウイ） | さばの有馬焼き<br>高野卵とじ<br>切り干し大根の煮<br>物<br>ヨーグルト |
|----|---------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------------------|
|----|---------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------------------|

| おやつ |  | 和菓子（うぐいす）<br>緑茶 |  |  | 甘酒 |  |  |
|-----|--|-----------------|--|--|----|--|--|
|-----|--|-----------------|--|--|----|--|--|

| 夕食 | ミートコロッケ<br>ほうれん草のサラ<br>ダ<br>キャベツのコンソ<br>メ煮<br>なす漬 | 豚みそ大根<br>洋風白和え<br>じゃこピーマン<br>キャベツ漬 | 麻婆豆腐<br>ちんげん菜オイス<br>ターソース炒<br>おくらおかか和え | 煮込みハンバーグ<br>きゃべつのごまマ<br>ヨネーズあえ<br>アスパラソテー<br>大根きざみ漬け | あさりの柳川風<br>大根ごま酢あえ<br>にんじんしりしり<br>ふりかけ | 木の芽田楽<br>きゅうりの酢の物<br>鶏レバーの甘辛煮<br>白菜漬 | 八宝菜<br>春雨サラダ<br>焼きなす<br>しその実漬 |
|----|---------------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------|
|----|---------------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------|

