WeeK Menu

	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15日
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
朝食 **主菜**	挽肉のチリコンカルネ風	牛蒡と里芋の鶏肉炒め	じゃが芋とブロッコリー炒め	なすとひき肉のコチュジャン炒め	ジャーマンポテト	鶏肉と玉ねぎの卵とじ	ベーコンとピーマンのカレー炒め
副菜	ソーセージ	一口ハンバーグ	ミートボール	焼鮭	水餃子	いんげんのごまマヨ和え	厚焼き玉子
	みたらし団子	揚げ餃子	ロールキャベツ	筑前煮	厚揚げの高菜炒め	さわらの竜田揚げ	コロッケ
	根菜の明太きんぴら	鮭の味噌バター焼き	蒸し鶏と胡瓜の中華和え	山菜ときのこのマリネ	玉子ロール	ブロッコリーのごまマヨ和え	焼売
	キャベツと油揚げの醤油和え	厚揚げと玉ねぎのトマト煮	厚焼き玉子	塩オクラ	茄子と肉団子の煮物	胡瓜とめかぶの酢の物	胡瓜梅おかか
サラダ	グリーンサラダ	ポテトサラダ	アボカドトマトサラダ	マカロニソーセージサラダ	コールスローサラダ	春雨ツナマヨサラダ	ハムスパゲティサラダ
その他	納豆・生卵・海苔	納豆・生卵・海苔	納豆・生卵・海苔	納豆・生卵・海苔	納豆・生卵・海苔	納豆・生卵・海苔	納豆・生卵・海苔
	梅干・ふりかけ	梅干・ふりかけ	梅干・ふりかけ	梅干・ふりかけ	梅干・ふりかけ	梅干・ふりかけ	梅干・ふりかけ
	味噌汁・ご飯	味噌汁・ご飯	味噌汁・ご飯	味噌汁・ご飯	味噌汁・ご飯	味噌汁・ご飯	味噌汁・ご飯
昼食 **主菜**	肉団子入り中華丼	ハヤシライス	牛しぐれ丼	カレーうどん	胡麻味噌野菜炒め	照り焼きチキン丼	甘辛ソースメンチカツ丼
副菜	ブロッコリーチーズおかか	小松菜のポン酢和え	オクラとモロヘイヤのおかか和え	胡瓜とツナの中華和え	大豆と昆布の田舎煮	もやしの胡麻昆布和え	胡瓜と鶏肉のキムチ和え
	-	もやしとひじきのマヨ和え	-	豆豆サラダ	ほうれん草と竹輪の辛子マヨ和え	-	-
パスタ	小松菜とベーコンのパスタ	蒸し鶏といんげんのパスタ	キャベツとハムの和風パスタ	-	エリンギと挽肉のパスタ	ツナコーンパスタ	きのこと青梗菜の和風パスタ
サラダ	サラダバイキング	サラダバイキング	サラダバイキング	サラダバイキング	サラダバイキング	サラダバイキング	サラダバイキング
その他	味噌汁	味噌汁	味噌汁	炊き込みご飯	ご飯・味噌汁	味噌汁	味噌汁
夕食 **主菜**	ハニーマスタードチキン	寒じめほうれん草と豚肉のバター炒め	白身魚とアジフライチリソース	豚肉の中華炒め	トマトソースハンバーグ	豚肉と玉ねぎの生姜焼き	鶏肉と里芋の甘辛炒め
副菜	切干大根の胡麻煮	薩摩芋と大豆のうま煮	挽肉ビビンバ	高野豆腐の玉子とじ	人参ともやしのナムル	青梗菜と卵のオイスターソース炒め	インゲン豆と切り干し大根のトマト煮
	ひじき煮	人参と枝豆の白和え	彩り小松菜	ほうれん草とツナのナムル	青梗菜の胡麻和え	菜の花と蒸し鶏中華和え	小松菜味噌マヨ和え
パスタ	カレーパスタ	トマトチーズパスタ	ミートソースパスタ	トマトコーンパスタ	明太かぼちゃパスタ	ほうれん草のクリームパスタ	ジェノベーゼパスタ
サラダ	サラダバイキング	サラダバイキング	サラダバイキング	サラダバイキング	サラダバイキング	サラダバイキング	サラダバイキング
その他	納豆・生卵・海苔	納豆・生卵・海苔	納豆・生卵・海苔	納豆・生卵・海苔	納豆・生卵・海苔	納豆・生卵・海苔	納豆・生卵・海苔
	梅干・ふりかけ	梅干・ふりかけ	梅干・ふりかけ	梅干・ふりかけ	梅干・ふりかけ	梅干・ふりかけ	梅干・ふりかけ
	味噌汁・ご飯	味噌汁・ご飯	味噌汁・ご飯	味噌汁・ご飯	味噌汁・ご飯	味噌汁・ご飯	味噌汁・ご飯

仕入れ状況などにより、食材・メニューの変更となることがございます。予めご了承ください。k