

# Week Menu

1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日	1月14日
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日

<b>朝食</b>	<b>主菜</b>	ごぼうと里芋の鶏肉炒め	<b>主菜</b>	ジャーマンポテト	<b>主菜</b>	ベーコンとピーマンのマヨ醤油炒め	<b>主菜</b>	挽肉のチリコンカルネ風	<b>主菜</b>	南瓜と肉団子のトマトクリーム煮	<b>主菜</b>	なすと鶏肉の旨辛炒め	<b>主菜</b>	キャベツとロースハムのマヨ炒め
	<b>副菜</b>	メヌケ粕漬焼	<b>副菜</b>	チキンナゲット	<b>副菜</b>	チキンハンバーグ	<b>副菜</b>	揚げ餃子	<b>副菜</b>	筑前煮	<b>副菜</b>	いんげんの胡麻マヨ和え	<b>副菜</b>	挽肉のきんぴら
		大根の高菜煮	<b>副菜</b>	厚焼き玉子	<b>副菜</b>	根菜の明太きんぴら	<b>副菜</b>	竹輪ともやしのキムチ和え	<b>副菜</b>	ポークウインナー	<b>副菜</b>	チキンハンバーグ	<b>副菜</b>	野菜コロッケ
		さつま芋のキャラメリゼ	<b>副菜</b>	肉コロッケ	<b>副菜</b>	ロールキャベツ	<b>副菜</b>	山菜ときのこのマリネ	<b>副菜</b>	厚揚げと玉ねぎのカレー煮	<b>副菜</b>	さば竜田南蛮漬	<b>副菜</b>	鶏と胡瓜の中華和え
		茄子とピーマンの味噌和え	<b>副菜</b>	キャベツ梅おかか	<b>副菜</b>	焼売	<b>副菜</b>	キャベツと油揚げの醤油和え	<b>副菜</b>	厚焼き玉子	<b>副菜</b>	ミートボール	<b>副菜</b>	揚げ餃子
	<b>サラダ</b>	ポテトサラダ	<b>サラダ</b>	コールスローサラダ	<b>サラダ</b>	ツナと玉ねぎのサラダ	<b>サラダ</b>	グリーンサラダ	<b>サラダ</b>	蒸し鶏のサラダ	<b>サラダ</b>	スパゲティサラダ	<b>サラダ</b>	マカロニサラダ
	<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔	<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔	<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔	<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔	<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔	<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔	<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔
		梅干・ふりかけ	<b>その他</b>	梅干・ふりかけ	<b>その他</b>	梅干・ふりかけ	<b>その他</b>	梅干・ふりかけ	<b>その他</b>	梅干・ふりかけ	<b>その他</b>	梅干・ふりかけ	<b>その他</b>	梅干・ふりかけ
		味噌汁・ご飯	<b>その他</b>	味噌汁・ご飯	<b>その他</b>	味噌汁・ご飯	<b>その他</b>	味噌汁・ご飯	<b>その他</b>	味噌汁・ご飯	<b>その他</b>	味噌汁・ご飯	<b>その他</b>	味噌汁・ご飯

<b>昼食</b>	<b>主菜</b>	チキンカツタルタルソース丼	<b>主菜</b>	肉団子入り餡かけ丼	<b>主菜</b>	麻婆茄子丼	<b>主菜</b>	カレーうどん	<b>主菜</b>	ローストポーク丼	<b>主菜</b>	中華雑炊	<b>主菜</b>	鶏唐揚げ甘酢だれ丼
	<b>副菜</b>	ほうれん草と卵炒め	<b>副菜</b>	トマトと蒸し鶏の胡麻だれ	<b>副菜</b>	豆豆サラダ	<b>副菜</b>	ピーマンとツナの中華和え	<b>副菜</b>	菜の花のひじき和え	<b>副菜</b>	鶏と油揚げの炒め煮	<b>副菜</b>	小松菜のポン酢和え
		-	<b>副菜</b>	-	<b>副菜</b>	-	<b>副菜</b>	青菜と竹輪の辛子マヨ和え	<b>副菜</b>	-	<b>副菜</b>	揚げ里芋の甘辛	<b>副菜</b>	-
	<b>パスタ</b>	しめじと挽肉のパスタ	<b>パスタ</b>	ツナマヨパスタ	<b>パスタ</b>	蒸し鶏といんげんのパスタ	<b>パスタ</b>	-	<b>パスタ</b>	きのこと青菜の和風パスタ	<b>パスタ</b>	青菜とベーコンのパスタ	<b>パスタ</b>	ツナコーンパスタ
	<b>サラダ</b>	サラダバイキング	<b>サラダ</b>	サラダバイキング	<b>サラダ</b>	サラダバイキング	<b>サラダ</b>	サラダバイキング	<b>サラダ</b>	サラダバイキング	<b>サラダ</b>	サラダバイキング	<b>サラダ</b>	サラダバイキング
<b>その他</b>	味噌汁	<b>その他</b>	味噌汁	<b>その他</b>	味噌汁	<b>その他</b>	味噌汁	<b>その他</b>	炊き込みご飯	<b>その他</b>	味噌汁	<b>その他</b>	味噌汁	

<b>夕食</b>	<b>主菜</b>	豚肉と青梗菜の中華炒め	<b>主菜</b>	鶏肉のさざみネギ塩焼き	<b>主菜</b>	肉味噌野菜炒め	<b>主菜</b>	トマトソースハンバーグ	<b>主菜</b>	豚肉とさつま芋のハニーマスタード炒め	<b>主菜</b>	白身魚フライ	<b>主菜</b>	ハヤシライス
	<b>副菜</b>	切干大根の胡麻煮	<b>副菜</b>	茄子と油揚げの味噌和え	<b>副菜</b>	高野豆腐の玉子とじ	<b>副菜</b>	青梗菜とツナのナムル	<b>副菜</b>	茄子のピリ辛胡麻和え	<b>副菜</b>	豚肉とキャベツの胡麻和え	<b>副菜</b>	人参ともやしのナムル
		油揚げのひじき煮	<b>副菜</b>	ブロッコリーとハムのマリネ	<b>副菜</b>	青菜の味噌マヨ和え	<b>副菜</b>	若芽と胡瓜のポン酢和え	<b>副菜</b>	サラダ豆と切干大根のトマト煮込み	<b>副菜</b>	もやしの胡麻昆布和え	<b>副菜</b>	さつま芋と大豆のうま煮
	<b>パスタ</b>	トマトクリームパスタ	<b>パスタ</b>	カレーパスタ	<b>パスタ</b>	コーンクリームパスタ	<b>パスタ</b>	ほうれん草のクリームパスタ	<b>パスタ</b>	ナポリタン	<b>パスタ</b>	ミートソースパスタ	<b>パスタ</b>	トマトチーズパスタ
	<b>サラダ</b>	サラダバイキング	<b>サラダ</b>	サラダバイキング	<b>サラダ</b>	サラダバイキング	<b>サラダ</b>	サラダバイキング	<b>サラダ</b>	サラダバイキング	<b>サラダ</b>	サラダバイキング	<b>サラダ</b>	サラダバイキング
<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔	<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔	<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔	<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔	<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔	<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔	<b>その他</b>	納豆・生卵・海苔	
	梅干・ふりかけ	<b>その他</b>	梅干・ふりかけ	<b>その他</b>	梅干・ふりかけ	<b>その他</b>	梅干・ふりかけ	<b>その他</b>	梅干・ふりかけ	<b>その他</b>	梅干・ふりかけ	<b>その他</b>	梅干・ふりかけ	
	味噌汁・ご飯	<b>その他</b>	味噌汁・ご飯	<b>その他</b>	味噌汁・ご飯	<b>その他</b>	味噌汁・ご飯	<b>その他</b>	味噌汁・ご飯	<b>その他</b>	味噌汁・ご飯	<b>その他</b>	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。