

# WeeK Menu

| 12月8日 |     | 12月9日         |     | 12月10日        |     | 12月11日          |     | 12月12日       |     | 12月13日           |     | 12月14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  | 野菜とハムの塩炒め     | 主菜  | 鶏肉と大豆のトマト煮    | 主菜  | じゃが芋とサーモンのクリーム煮 | 主菜  | 豚肉ともやしのポン酢炒め | 主菜  | 南瓜とワインナーのバター醤油炒め | 主菜  | 春雨と鶏団子の中華炒め      | 主菜  | 鶏肉と野菜の黒酢炒め |
|       | 副菜  | ニラと人参のお浸し     | 副菜  | 昆布とキャベツの胡麻油和え | 副菜  | わかめの牛蒡マヨ酢       | 副菜  | ししゃも南蛮漬け     | 副菜  | 山菜水煮マヨ和え         | 副菜  | 牛蒡と大豆の胡麻味噌和え     | 副菜  | 蓮根甘辛揚げ     |
|       | 副菜  | 胡瓜とカニカマのナムル   | 副菜  | 菜の花と蓮根炒め      | 副菜  | ヤングコーンの唐揚げ      | 副菜  | うずら煮卵        | 副菜  | 筍のきんぴら           | 副菜  | もやしと青菜のマリネ       | 副菜  | 人参と錦糸卵炒め   |
|       | 副菜  | シーフードリングボテト   | 副菜  | 揚げ餃子          | 副菜  | いんげんと玉子のマヨ和え    | 副菜  | チキンナゲット      | 副菜  | ハッシュドポテト         | 副菜  | ミートボール           | 副菜  | かぼちゃフライ    |
|       |     | カレーコロッケ       |     | ミートボール        |     | 焼壳              |     | 野菜コロッケ       |     | 揚げ餃子             |     | ヤングコーンの唐揚げ       |     | 焼壳         |
|       | サラダ | グリーンサラダ       | サラダ | ポテトサラダ        | サラダ | マカロニサラダ         | サラダ | コールスローサラダ    | サラダ | スペゲティサラダ         | サラダ | さつまいもサラダ         | サラダ | カニカマサラダ    |
|       | その他 | 納豆・生卵         | その他 | 納豆・生卵         | その他 | 納豆・生卵           | その他 | 納豆・生卵        | その他 | 納豆・生卵            | その他 | 納豆・生卵            | その他 | 納豆・生卵      |
|       | その他 | 梅干・お新香        | その他 | 梅干・お新香        | その他 | 梅干・お新香          | その他 | 梅干・お新香       | その他 | 梅干・お新香           | その他 | 梅干・お新香           | その他 | 梅干・お新香     |
|       |     | 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  | 豚キムチ丼         | 主菜  | チキンカツタルタルソース丼 | 主菜  | ホイコーロー丼         | 主菜  | 親子丼          | 主菜  | 棒棒鶏丼             | 主菜  | ハヤシライス           | 主菜  | 牛タンチャーシュー丼 |
|       | 副菜  | 青菜と油揚げの生姜炒め   | 副菜  | プロッコリーのチーズ和え  | 副菜  | 枝豆とひじき和え        | 副菜  | 里芋揚げ         | 副菜  | ニラ玉炒め            | 副菜  | 野菜の揚げ浸し          | 副菜  | 胡瓜のキムチ和え   |
|       | パスタ | カレーパスタ        | パスタ | 鶏肉と梅のパスタ      | パスタ | ミートソースパスタ       | パスタ | トマトチーズパスタ    | パスタ | カルボナーラ           | パスタ | 青菜ときのこの和風パスタ     | パスタ | ナポリタン      |
|       | サラダ | サラダバイキング      | サラダ | サラダバイキング      | サラダ | サラダバイキング        | サラダ | サラダバイキング     | サラダ | サラダバイキング         | サラダ | サラダバイキング         | サラダ | サラダバイキング   |
|       | その他 | 味噌汁・ご飯        | その他 | 味噌汁・ご飯        | その他 | 味噌汁・ご飯          | その他 | 味噌汁・ご飯       | その他 | 味噌汁・ご飯           | その他 | 味噌汁・ご飯           | その他 | 味噌汁・ご飯     |
|       |     |               |     |               |     |                 |     |              |     |                  |     |                  |     |            |
| 夕食    | 主菜  | 和風きのこソースハンバーグ | 主菜  | 豚肉と里芋の甘辛炒め    | 主菜  | タンドリーチキン        | 主菜  | 野菜炒め         | 主菜  | 白身魚フライ           | 主菜  | 鶏肉と大根の味噌炒め       | 主菜  | きつねうどん     |
|       | 副菜  | 鶏と大根の南蛮炒め     | 副菜  | にんにくの芽とコーン炒め  | 副菜  | トマトとカニカマのマリネ    | 副菜  | 蓮根とオクラのチーズ焼き | 副菜  | 蒟蒻と豚肉の炒り煮        | 副菜  | プロッコリーとキャベツの胡麻和え | 副菜  | 豚肉と青梗菜のナムル |
|       |     | 筍のおかか炒め       |     | 小松菜のお浸し       |     | 切干大根煮           |     | 青梗菜の胡麻和え     |     | 大豆と昆布のうま煮        |     | もやしおかか佃煮         |     | 枝豆と根菜のきんぴら |
|       | パスタ | ほうれん草のクリムパスタ  | パスタ | トマトガーリックパスタ   | パスタ | アスパラと筍のパスタ      | パスタ | コーンマヨチーズパスタ  | パスタ | ハムと玉ねぎの和風パスタ     | パスタ | トマトクリームパスタ       | パスタ | -          |
|       | サラダ | サラダバイキング      | サラダ | サラダバイキング      | サラダ | サラダバイキング        | サラダ | サラダバイキング     | サラダ | サラダバイキング         | サラダ | サラダバイキング         | サラダ | サラダバイキング   |
|       | その他 | 納豆・生卵         | その他 | 納豆・生卵         | その他 | 納豆・生卵           | その他 | 納豆・生卵        | その他 | 納豆・生卵            | その他 | 納豆・生卵            | その他 | 納豆・生卵      |
|       | その他 | 梅干・お新香        | その他 | 梅干・お新香        | その他 | 梅干・お新香          | その他 | 梅干・お新香       | その他 | 梅干・お新香           | その他 | 梅干・お新香           | その他 | 梅干・お新香     |
|       |     | 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           |     | 炊き込みご飯     |

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あります。予めご了承ください。