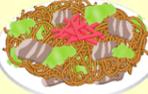
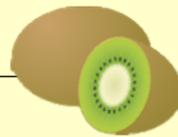


週間献立表

	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	9月22日	9月23日
朝食	ご飯(80g) 味噌汁 じゃこ人参 辛子和え ふりかけ(鮭)	ご飯(80g) 味噌汁 さつま揚げと昆布お 煮物 ごま和え ふりかけ(たらこ)	ご飯(80g) 味噌汁 ちくわと野沢菜炒め 納豆	ご飯(80g) 味噌汁 大根の煮物 わさび和え たいみそ	ご飯(80g) 味噌汁 ミートボールの照り煮 ピーナツバター和え ふりかけ(たらこ)	ご飯(80g) 味噌汁 ジャガ芋のかか煮 塩昆布和え ふりかけ(おかか)	ご飯(80g) 味噌汁 なすの炒め煮 梅和え ふりかけ(たまご)
昼食	ご飯(80g) 魚のしそ香焼き 切干大根 無 すまし汁(冬瓜)	 ご飯(80g) ハンバーグ スップ インドウのサラダ ぶどうゼリー コンソメスープ	ご飯(80g) 魚のホイル焼き 南瓜のそぼろあんか け バナナ 豚汁	ご飯(80g) 豚肉のみそ焼き 春様の酢の物 りんご すまし汁(卵豆腐)	 おにぎり 焼きそば 蒸し餃子 やわらか杏仁豆腐 わかめスープ	ご飯(80g) 油淋鶏 青梗菜のくず煮 フルーツカクテル 中華スープ	ご飯(80g) 魚のムニエル ジャージャー スナサラダ キウイ コンソメスープ
おやつ	 牛乳 ミニチョコパイ	牛乳 水ようかん	牛乳 レーズン蒸しパン	牛乳 プリン 	牛乳 しっとり饅頭	牛乳 抹茶ミルクゼリー	 牛乳 黒蜜ときなこのパン ナコッタ
夕食	ご飯(80g) 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ 黄桃缶 味噌汁	ご飯(80g) 豆腐の中華炒め 中華風焼き茄子 キウイ 春雨スープ	ご飯(80g) 鶏肉の梅肉リス なめたけ和え みかん缶 すまし汁(そうめん)	ご飯(80g) 魚の南部焼 いかと里芋の含め煮 白桃缶 すまし汁	ご飯(80g) 牛肉とパプリカの甘辛 炒め ごま和え バナナ すまし汁(魚めん)	ご飯(80g) 魚の煮付け ゴマ和え みかん缶 呉汁	ご飯(80g) 長芋と豚肉の柚子胡 椒炒め 金山寺和え マンゴー すまし汁(はんぺん)

