神戸イリス献立表 2018/1月4日(木)~1月31日(日)

昼食	01/04(木)	
	☆お正月名残膳☆ 松花堂弁当	
	赤飯風	*
		もち米 あずき
		食塩
		黒ごま
	松風焼き	とりミンチ
		とりミンチ たまねぎ
		パン粉 鶏卵
		みそ 白ごま
		卵黄 サラダ菜
		かぶ
		砂糖 穀物酢
	天ぷら	未又17月日F
		えび
		キス開き なす
		れんこん
		小麦粉 鶏卵
		白絞油
		抹茶
	煮つけ	食塩
		六角さといも
		木の葉かぽちゃ
		ふき 人参
		砂糖
		しょうゆ
		だしの素 本みりん
		羽子板かまぼこ
	すまし汁(そうめ	
		そうめん 生ふ
		みつば
		だしの素
		食塩 しょうゆ
		本みりん
夕食	☆お正月名残膳☆	
	松花堂弁当 手作りちらし寿司	*
	子作りうりし弁可	高野豆腐
		たけのこ
		竹輪 人参
		錦糸卵
		きざみのり
		キヌサヤ 寿司えび
		穴子
		砂糖
		穀物酢 食塩
		だしの素
		しょうゆ
	ブリの照焼き	
	ブリの照焼き	ぶり 酒
	ブリの照焼き	ぶり 酒 本みりん
	ブリの照焼き	ぶり 酒 本みりん しょうゆ
	ブリの照焼き	ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょうゆ
	ブリの照焼き	ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょうゆ 本みりん
	ブリの照焼き	ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょうゆ 本みりん 片栗粉 はじかみ
	ブリの照焼き	ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょうゆ 本みりん 片葉粉 はじかみ 大葉
	ブリの照焼き	ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょうゆ 本みりん 万栗 ほじかみ 大葉 類
	ブリの照焼き	ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょうゆ 本みりり 片栗粉 はじかみ 大葉 類別 だし、葉 類別
	ブリの照焼き	ぶり ぶり 本みりん しょうゆ 砂糖 しょみりん しまみ りん しまみ りん はじかみ 大葉卵 だしの素 だしの素 しょうゆ
	ブリの照焼き	ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょうゆ 大寒 りん はじかみ 大葉 鶏だしの素 食塩 しょうゆ 本み栗粉 はしかみ 大葉 鶏たしし 食塩 もっした もっした もっした もっした もっした もっした もっした もっした
	ブリの照焼き	ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょうゆ もみりん 片栗粉 はじ葉 鶏卵 だし塩 しょみ カウ はで葉 鶏卵 だり 塩 よりの素 もしょうりん まみりん
	ブリの照焼き	ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょうゆ 本みりん 片葉粉 はと葉 鶏卵 だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 片葉り はしまう りかみ 大葉 りの素 しょうゆ なみりん ける はこまう はこまう はこまう はこまう はこまう はこまう はこまる はこまう はこまる はこまる はこまる しょ まる しょ まる しょ まる しょ もっ しょ もっ りん もっ りん もっ りん りん もっ りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん
		ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょみりん トラウ とみりりん 片で変 鶏卵 だし塩 りん ちりの素 もしょうりり はようりり はこまりりり はこまりりり はこようりり はこまりりり はしょうりり はっまりりり はっまりりん はっまりりん はっまりも はっまりも はっまり もっなりん はっまりた もっなりん はっまりも もっなりも もっと もっなりも もっなりも もっなりも もっなりも もっなりも もっなりも もっなりも もっと もっと もっと も もっと も も も も も も も も も も
		ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょうゆ 大子 で で で で で で で で で で で で で で で で で で
		ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょかりん 片で まみりん 片で 大鶏卵 だし塩 うりりん 大鶏卵 だり塩 しょみりりが カース はようりりが はようりりが サラウ はようりりが サラウ はようりりが サウム がっ りん かっ りん かっ りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん
		ぶり ぶ酒 本みようゆ し砂糖 しよりりの しまりりの はよりりの はよりりの はまずの では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、
		ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょかりん 片で まみりん 片で 大鶏卵 だし塩 うりりん 大鶏卵 だり塩 しょみりりが カース はようりりが はようりりが サラウ はようりりが サラウ はようりりが サウム がっ りん かっ りん かっ りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん
	焼茄子の柚子味噌か	ボリ 酒 不みりん しょうゆ 砂糖 しょうゆ そみりん 片葉的 はて業 鶏形 はて業 鶏形 と を 選 りの素 しょみの 大 りの素 しょみの 大 りの素 しょみの りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん りん
	焼茄子の柚子味噌か	がり 万
	焼茄子の柚子味噌か	ぶり 酒 本みりん しょうゆ 砂糖 しょうゆ 砂糖 しょうゆ ひき
	焼茄子の柚子味噌か	がり が
	焼茄子の柚子味噌か	ぶり ぶり 本みりん しょうゆ しょうゆ しょうりか しょうりか しょうりか 大鶏だし塩 もっりりが 大鶏がた 大鶏がた 大鶏がた 大鶏がた 大鶏がた 大鶏がた 大鶏がた は、まりりが は、まりりりが は、まりりりが は、まりりりが かっうがでする。 ないでする。 でいる。 ないでする。 でい。 でいる。 でい。
	焼茄子の柚子味噌か	がり が
	焼茄子の柚子味噌か	ぶり 酒 本みりん しょう か で で で で で で で で で で で で で で で で で で
	焼茄子の柚子味噌か煮つけ	がり 酒 本みり かん しょか か か か か か か か か か か か か か か か か か か
	焼茄子の柚子味噌か	がり が
	焼茄子の柚子味噌か煮つけ	が り が
	焼茄子の柚子味噌か煮つけ	が り が う か か か か か か か か か か か か か か か か か か
	焼茄子の柚子味噌か煮つけ	が り が

2018/0 朝食		
朝良	01/00(业/	
	バン賞	A 2.
		食パン バターブレンド
	1.40 ** 1 4 7 5 1	ハダーフレント
	小松菜とウインナー	.1. 10 ***
	のソテー	小松菜
		ポークウインナー
		たまねぎ サラダ油
		サフタ油
		コンソメ
		しょうゆ
	飲むヨーグルト	
		飲むヨーグルト
昼食	米飯	
		米
	鰆の柚子こしょう焼	
		さわら
		酒
		本みりん しょうゆ
		しょうゆ
		柚子胡椒 はくさい
		はくさい
		14
		人参 白ごま しょうゆ
		しょうゆ
		本みりん
	豚ミンチと春雨の炒	
	め物	阪ミンチ
	47 JN	豚ミンチ はるさめ
		たまねぎ
		156 156
		人参
		人参 おろししょうが おろしにんにく ごま油
		めつししょうか
		おうしにんにく
		こま出
		砂糖
	7. 7 1 /4*1. = / \	しょうゆ
	みそ汁(だいこん)	L.,_
		大根
		きざみ揚げ
		ねぎ
		みそ
Ī		
L.,		だしの素
夕食	米飯	
夕食		だしの素 米
夕食	米飯鶏の菜種やき	*
夕食		
夕食		米 鶏もも肉 酒
夕食		米 鶏もも肉 酒 本みりん
夕食		米 鶏もも肉 酒 本みりん
夕食		米 鶏もも肉 酒 本みりん しょうゆ
夕食		米 鶏もも肉 酒 本みりん
夕食		米 鶏もも肉 酒 本みりん しょうゆ 頸卵 みそ
夕食		米 鶏もも肉 酒 本みりん しょうゆ 鶏卵 みそ 砂糖
夕食		米 題もも肉 酒 本みりん しょが みそ 砂糖
夕食		米 鶏もも肉 酒酒 本みりん しょうゆ 鶏みそ 砂糖 酒本みりん
夕食		米 鶏もも肉 酒 本みりん しょうゆ 鶏の みそ 砂糖 酒 本みりん フロッコリー
夕食		米 鶏もも肉 酒酒 本みりん しょうゆ 鶏卵 みそ 砂糖 酒 本みりん ブロッコリー ロースハム
夕食		米 鶏もも肉 酒酒 本みりん しょうゆ 鶏卵 みそ 砂糖 酒 本みりん ブロッコリー ロースハム
夕食		米 鶏もも肉 酒 本みりん しょうゆ 鶏卵 みそ 砂糖 酒 オカリん ブロッコリー ロースハム コールスロードレッ シング
夕食	鶏の菜種やき	米 鶏もも肉 酒酒 本みりん しょうゆ 鶏卵 みそ 砂糖 酒 本みりん ブロッコリー ロースハム
夕食		米 鶏もも肉 酒石 酒石 酒石 酒石 おりん しょうゆ 鶏のそ 砂糖 酒石 本みりん ブロッコリー ロースハム コールスロードレッ シング トマト
夕食	鶏の菜種やき	米 鶏もも肉 酒石 酒石 酒石 酒石 おりん しょうゆ 鶏のそ 砂糖 酒石 本みりん ブロッコリー ロースハム コールスロードレッ シング トマト
夕食	鶏の菜種やき	米 鶏もも肉 酒石 酒石 酒石 酒石 おりん しょうゆ 鶏のそ 砂糖 酒石 本みりん ブロッコリー ロースハム コールスロードレッ シング トマト
夕食	鶏の菜種やき	米 鶏もも肉 酒 酒 酒 酒 酒 みりかし りが 調 の で で で で で で で で で で で で で
夕食	鶏の菜種やき	米 鶏もも肉 酒石 酒石 酒石 酒石 おりん しょうゆ 鶏のそ 砂糖 酒石 本みりん ブロッコリー ロースハム コールスロードレッ シング トマト
夕食	鶏の菜種やき	米 鶏もも肉 酒酒 本みりん しょうゆ 鶏卵 みそ 砂糖 酒 本みりん ブロースハム コールスロードレッ シング トマト オクラ おろし大根 かに風味かまぼこ ボン酢
夕食	鶏の菜種やき	米 鶏もも肉 酒 酒 酒 ありりん しょうゆ 鶏のそ 砂糖 酒本みりん ブロースハスロードレッ シング トマト オクラ オクラし大味 かに風酢 ボンド がに風酢 でこ ボンボン でこ でこ でこ でい でい でい でい でい でい でい でい でい でい
夕食	鶏の菜種やき	米 鶏もも肉 酒 本みりか は調か みそ 砂糖 酒 本みりん プロースハス プロースハス コールグ トナクラ 大クラ 大クラ 大の風味かまぼこ ボン ボン ボン ボン ボン ボン ボン ボン ボン ボン
夕食	鶏の菜種やき	米 鶏もも肉 酒酒 かりん しょうゆ 鶏み りん しょうゆ 鶏の が で で で で で で で で で で で で で で で で で で
夕食	鶏の菜種やき	米 鶏もも肉 酒酒 りん しょうゆ 鶏み りん しょうゆ 鶏の かって 酒酒 カリん ブロースハス ブロースハス ードレッ シンマト オクラ オクラし大根 かに風味かまぼこ ボン酢 豆腐 まみつば
夕食	鶏の菜種やき	米 鶏もも肉 酒 本みりうゆ 調 ありりんしま卵 みそで で で で の の の の の の の の の の の の の
夕食	鶏の菜種やき	米 鶏もも肉 酒酒 りん しょうゆ 鶏みりの 鶏みぞ 砂糖 酒本 りん ブロースハス フロースハス コールグ トナララ オクラ オクラ 大ちろし大根 かに風味かまぼこ ボン酢 豆腐 まみつば

	01/06(土)	
朝食	パン食	nn I
	取芸のポレコ宮	明太チーズコッペパ
	野菜のポトフ風	キャベツ
		人参
		人参 たまねぎ
		ベーコン
		コンソメ
		食塩
		こしょう
	ジュース	
		りんごジュース
昼食	おにぎり(なめし)	
		米
	+	菜めし
	あんかけ卵とじうど	.
		うどん
		ほうれんそう
		かまぼこ
		人参 かに風味かまぼこ
		かに風味かまはこ みつば
		鶏卵
		^{無卵} だしの素
		食塩
		砂糖
		しょうゆ
		酒
		本みりん
		片栗粉
	肉みそ田楽風	
		焼き豆腐
		大根
		竹輪
		人参
		だしの素
		しょうゆ
		赤みそ 豚ミンチ
		砂糖
		本みりん
	パプリカの中華風酢	1,10, 7,10
	の物	緑豆もやし
		赤ピーマン
		グリーンアスパラ
		ササミ
		砂糖
		穀物酢
		しょうゆ ごま油
h ^	N/ AF	こま油
夕食	米飯	1/2
	クリームシチュー	*
	ソリームンナュー	さけ
		じゃがいも
		人参
		人参 たまねぎ
		ブロッコリー
		ホワイトルウ
		牛乳
	土佐和え(白菜)	
		はくさい
		人参
		きゅうり
		糸かつお
		しょうゆ
		本みりん
	フルーツ(みかん)	
		みかん

2018/01/07(日)

	01/07(日)	
朝食	パン食	
		食パン
		バターブレンド
	ミートオムレツ	
		ミートオムレツ
		トマトケチャップ
		カリフラワー
		食塩
	l	サラダ菜
	牛乳	
		牛乳
昼食	米飯	
		*
	鯵のパン粉焼きカ	-1-
		あじ
	レ / 八 <u>畑</u> が	
		食塩
		こしょう マヨネーズ
		パン粉
		粉チーズ
		カレー粉
I		いんげん
1		赤ピーマン
1		
1		オリーブ油
1		おろしにんにく
I		食塩
		こしょう
1	甘辛炒め(チンゲン	
1	菜)	チンゲン菜
1	·	むきえび
		人参
		砂糖
		しょうゆ
		ごま油
	ヴィシソワ―ズ	
		じゃがいも
		たまねぎ
		牛乳
		十孔
	-	
Ī		食塩
<u> </u>	<u> </u>	パセリ
夕食	米飯	
l —		米
	焼肉	
Ī	I	牛かたローススライ
		緑豆もやし
		人参
		たまねぎ
I		焼肉のたれ
	L	
		サラダ菜
		サラダ菜 グリーンアスパラ
		サラダ菜 グリーンアスパラ
		サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩バター
		サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩バター 食塩
		サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩バター 食塩 こしょう
		サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩バター 食塩 こしょう かぽちゃ
		サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩バター 食塩 こしょう
	きゅうりとカニカマ	サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩バター 食塩 こしょう かぽちゃ
	きゅうりとカニカマ のわさび和え	サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩バター 食塩 こしょう かぽちゃ
		サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩バター 食塩 こしょう かぼちゃ 食塩 きゅうり
		サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩バター 食塩 こしょう かぼちゃ 食塩 きゅうり
		サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩バター 食塩 しょう かぼちゃ 食塩 きゅうり 人参 かに風味かまぼこ
		サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩塩パター 食こしょう かぼちゃ 食塩 きゆうり 人かに風味かまぼこ しょうゆ
		サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩パター 食塩 こしょう かぼちゃ 食塩 きゅうり 人参 かに風味かまぼこ しょび
	のわさび和え	サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩塩パター 食こしょう かぼちゃ 食塩 きゆうり 人かに風味かまぼこ しょうゆ
		サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩パター 食塩 こしょう かぼちゃ 食塩 きゅうり 人参 かに風味かまぼこ しょび
	のわさび和え	サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩バター 食塩 こしょう かぼちゃ 食塩 きゆうり 人参 かに風味かまぼこ しょうゆさび 本みりん
	のわさび和え	サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩バター 食塩 しょう かぼちゃ 食塩 きゅうり 人参 かに風味かまぼこ しょうゆ わさび 本みりん はくさい
	のわさび和え	サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩パター 食塩 こしょう かぼちゃ 食塩 きゅうり 人参 かにょうゆ かによう かまぼこ しょよう かばな さなも くっちで なっちが はな とっちが はな とっちが とっちが とっちが とっちが とっちが とっちが とっちが とっちが
	のわさび和え	サラダ菜 グリーンアスパラ 無塩バター 食塩 しょう かぼちゃ 食塩 きゅうり 人参 かに風味かまぼこ しょうゆ わさび 本みりん はくさい

	01/08(月) 米飯	
		米
	里芋の煮つけ	1
		さといも
		人参
		しいたけ 砂糖
		ひまうゆ
		だしの素
		本みりん
	みそ汁(春菊)	17.07 770
	7 671 (1110)	春菊
		手まりふ
		みそ
		だしの素
	ふりかけ	
		のりたまふりかけ
昼食	米飯	
		米
	豚肉のトマトクリー	
	ム煮	豚ももスライス
		ほうれんそう
		たまねぎ
		しめじ オリーブ油
		オリーフ油 トマトピューレー
		砂糖 牛乳
		食塩
		こしょう
		片栗粉
		ブロッコリー
		食塩
	手作りマカロニサラ	
	. ,, ,	マカロニ
		きゅうり
		人参
		ロースハム
		食塩
		こしょう
		マヨネーズ
	コンソメスープ	
	(キャベツ)	キャベツ
		人参
		コンソメ
		こしょう
夕食	ちりめん野沢菜ご飯	しょうゆ
グ良	りりのの野爪米に敗	米
		へ のざわな漬
		しらす
		人参
		白ごま
		食塩
		しょうゆ
		紅生姜
	手まり蒸し	
		とりミンチ
		たまねぎ
		パン粉
		鶏卵
		食塩
		しょうゆ
		U & 719
		おろししょうが
		おろししょうが 錦糸卵
	4.1.20244	おろししょうが
	なすとえびの煮物	おろししょうが 錦糸卵 サラダ菜
	なすとえびの煮物	おろししょうが 錦糸卵 サラダ菜 なす
	なすとえびの煮物	おろししょうが 錦糸卵 サラダ菜 なす むきえび
	なすとえびの煮物	おろししょうが 錦糸卵 サラダ菜 なす むきえび 砂糖
	なすとえびの煮物	おろししょうが 錦糸卵 サラダ菜 なす むきえび 砂糖 しょうゆ
	なすとえびの煮物	おろししょうが 錦糸卵 サラダ菜 なす むきえび ひまうゆ だしの素
		おろししょうが 錦糸卵 サラダ菜 なす むきえび 砂糖 しょうゆ
	なすとえびの煮物	おろししょうが 錦糸卵 サラダ菜 なす むきえび 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん
		おろししょうが 錦糸卵 サラダ菜 なす むきえび 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん なめこ
		おろししょうが 錦糸卵 サラダ菜 なす むきえび 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん なめこ わかめ
		おろししょうが 錦糸卵 サラダ菜 なす むきえび 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん なめこ

2018/01/09(火)

	01/09(火)	
朝食	パン食	
		練乳クリームサンド
	フルーツ(白桃缶・	
	びわ缶)	白桃缶
	4 回	びわ缶
	牛乳	牛乳
昼食	米飯	十孔
坐及	不	*
	白身魚のかぶら蒸し	7.
	137 MC 131 3 MC	なまず
		食塩
		かぶ
		卵白
		人参
		長芋
		揚げなす
		春菊 だしの素
		食塩
		しょうゆ
		本みりん
		片栗粉
	白菜と錦糸卵の和え	
		はくさい
		人参
		錦糸卵
		しょうゆ
	フ.フン! /よいデナ ·: \	本みりん
	みそ汁(かぼちゃ)	かぼちゃ
		きざみ揚げ
		ねぎ
		みそ
		だしの素
夕食	おにぎり(しば漬	
		米
		しば漬
	牛おろしうどん	しば漬
	牛おろしうどん	しば漬 うどん
	牛おろしうどん	しば漬 うどん 牛かたローススライ
	牛おろしうどん	しば漬 うどん 牛かたローススライ だしの素
	牛おろしうどん	しば漬 うどん 牛かたローススライ だしの素 砂糖
	牛おろしうどん	しば漬 うどん 牛かたローススライ だしの素 砂糖 しょうゆ
	牛おろしうどん	しば漬 うどん 牛かたローススライ だしの素 砂糖
	牛おろしうどん	しば漬 うどん 牛かたローススライ だしの素 砂糖 しょうゆ 本みりん 大根おろし かまぼこ
	牛おろしうどん	しば漬 うどん キかたローススライ だしの素 砂糖 しょうゆ 本みりん 大根おろし かまぼこ みつば
	牛おろしうどん	しば漬 うどん キかたローススライ だしの素 砂糖 しょうゆ 本みりん 大根まぼこ みつば 食塩
	牛おろしうどん	しば漬 うどん 年かたローススライ だしの素 砂糖 しょうゆ 本みりん 大根ぼこ みつば 食砂糖
	牛おろしうどん	しば漬 うどん キかたローススライ だしの素 砂糖 しょうゆ 本みりん 大根おろし かまぼこ みつば 食塩 しょうゆ
	牛おろしうどん	しば漬 うどん キかたローススライ だしの素 砂糖 しょうゆ 木みりん 大根おろし かまぼこ みつば 食塩 しょうゆ しょうけん
	牛おろしうどん	しば漬 うどん キかたローススライ だしの素 砂糖 しょうゆ 本みりり 大かまぼこ みつば 食塩 砂糖 しょうゆ さりしまうし かまでした。 では では では では では では では では では では では では では
		しば漬 うどん 牛かたローススライ だしの素 砂糖 しょうりん 大根おうし かまぼこ みつば 食塩 やはょうゆ しまうりだしの素 酒 本みりん
	乱切ごぼうとエビ	しば漬 うどん 牛かたローススライ だしの素 砂糖 しょうりん 大根おうし かまぼこ みつば 食塩 やはょうゆ しまうりだしの素 酒 本みりん
	乱切ごぼうとエビ	しば漬 うどん 牛かたローススライ だしの素 砂糖 しょうゆ 本みりんろし かまぼこ みつば 食塩 砂糖 しょうの素 酒 本みりん エビボラ
	乱切ごぼうとエビ	しば漬 うどん 牛かたローススライ だしの素 砂糖 しょみりん 大根まぽこ みのは は 食砂糖 しょうりん 大はぽこ みでつ 塩 を砂まうゆ だ酒 本みりん といって で で で で で で で で で で で で で で で で で で で
	乱切ごぼうとエビ	しば漬 うどん 牛かたローススライ だしの素 砂糖 しょりりん 大根ぼこ みつば 食砂糖 しょうの でも でも でも でも でも でも でも でも でも でも でも でも でも
	乱切ごぼうとエビ	しば漬 うどん 牛かたローススライ だした素 砂糖 しょりりん 大根ぼご みつば 食塩糖 しよの素 適本 よいがあるし がまうゆ にじて 洒 本がでする。 にでする。 にでする。 にできる。 にできる。 にできる。 にできる。 にいまる。 にいまる
	乱切ごぼうとエビ	しば漬 うどん 牛かしの素 砂糖 しょうりん 大根ぼこ みつば 食塩 砂まうゆ もようの素 適本 カリん エビぼうにもまった。 をはたった。 をはたった。 ないでする。 をはたった。 ないでする。 をはたった。 ないでする。 をはたいでする。 をはないできないでする。 をはないでは、 はいではいいでは、 はいではいいではいいでは、 はいではいいでは、 はいではいいでは、 はいではいいではいいでは、 はいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいで
	乱切ごぼうとエビ	しば漬 うどん 年かたローススライ だしの素 砂糖 しょうゆ 大根まぼこ みなおまぼこ みの塩 砂糖 しょしの素 である は の表 である は である は である では
	乱切ごぼうとエビボールの煮つけ	しば漬 うどん 牛かしの素 砂糖 しょうりん 大根ぼこ みつば 食塩 砂まうゆ もようの素 適本 カリん エビぼうにもまった。 をはたった。 をはたった。 ないでする。 をはたった。 ないでする。 をはたった。 ないでする。 をはたいでする。 をはないできないでする。 をはないでは、 はいではいいでは、 はいではいいではいいでは、 はいではいいでは、 はいではいいでは、 はいではいいではいいでは、 はいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいで
	乱切ごぼうとエビ	しば漬 うどん 牛かたローススライ だも動 しまかりんろし かまでは 食塩糖 しまりりんろし かまつば 食塩糖 しましの素 酒本 本 ばぼう にできるのにできるのです。 でできるのです。 でできるのです。 でできるのです。 でできるのです。 でできるのです。 でできるのです。 でできるのです。 でいまりん。 でいまが、こ。 でいまが、
	乱切ごぼうとエビボールの煮つけ	しば漬 うどん 牛かたローススライ だも動 しまりりん 大根まずし を表現がまっしず かってば 食塩 しまりりん 大地までは 食塩 しまりりん したしの素 酒本 かば ではまうのは ではまうのま ではまうの。 ではまりん。 ではなまりん。 ではなまりん。 ではなななななななななななななななななななななななななななななななななななな
	乱切ごぼうとエビボールの煮つけ	しば漬 うどん 年かたローススライ だした。素 砂糖 しょみりおぼご みかつに はなかって はないでは ないでは ないでは ないでは ないでは ないでは ないでは ないで
	乱切ごぼうとエビボールの煮つけ	しば漬 うどん 牛かしの素 砂糖 しょうりん 大根ぽこ みつば 食塩 砂糖 うゆ たしの素 酒本 かりん エピぼうんにきる がだうにこさえたまめ でもこうたった。 できる

2018/01/10(7k)

朝食 パン食 食パン いちごジャム スクランブルエッグ 鶏卵 牛乳 コンソメトトマトケタス キ乳 牛乳 牛乳 株
いちごジャム スクランブルエッグ 鶏卵 牛乳 コンソメ トマトケチャップ サニーレタス 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 大変を 米飯 素の柚子南蛮漬け 鶏もも肉 酒 おろししょうが 片斑液油 穀物酢 砂糖 しょずうが ロかず サラダ菜 キャベペツ シーング トマト ひじきの五目煮 ひじきの五目煮 ひじきでみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ かかまうゆ たしの素 本みりん みそ汁(さつまい も みつば みそ だしの素
スクランブルエッグ 鶏卵 キ乳 コンソメ トマトケチャップ サニーレタス 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳
独卵
4乳 コンソメトマトマップ トマトチャップ サニーレタス 牛乳 牛乳 牛乳 株飯 鶏の柚子南蛮漬け 鶏もも肉 酒るししょうが 片栗粉 白絞油 穀物酢 砂糖 しょうゆ ゆず サラダ菜 キャベッツラグドレンシンマト ひじきの五目煮 ひじきの五目煮 ひきこんにゃくいんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい さっまいも みつば みそ だしの素 夕食 米飯
コンソメ トマトケチャップ サニーレタス 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 株飯 業の柚子南蛮漬け 鶏の柚子南蛮漬け 鶏もも肉 酒 おろししょうが 片葉粉 白般滋油 穀物酢 砂糖 しょずうゆ ゆゆず サラダ菜 キャベツ シーング トマト ひじきの五目煮 ひじきの五目煮 しょうゆ しまうゆ りをさざみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ たっさいんげん りをしまうか とがったっといんだん りかまった。 いんにある いんにある いっきこんにゃく いんがん りたしの素 本みりん みそ汁(さつまい もみつば みそ だしの素
トマトケチャップ サニーレタス 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 キ乳 カー
1
年乳 牛乳 昼食 米飯 業の柚子南蛮漬け 鶏もも肉 酒ろししょうが 片栗粉 白紋油 穀物酢 しょうゆ 白紋油 穀物酢 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
昼食 米飯 鶏の柚子南蛮漬け 鶏もも肉酒店おろししょうが片葉粉 白紋油 穀物酢 砂糖 しょうゆゆ ゆず サラダ菜 キャベツラ・マトマト ひじきの五目煮 ひじきの五目煮 ひじき さざみ揚げ人参 つきこんにゃくいんげん 砂糖 しょうゆ たしの素本みりんみそ汁(さつまいもみつばみそんだしの素 みそ汁(さつまいもみつばみそんだしの素 よりの素 夕食 米飯
昼食 米飯 鶏の柚子南蛮漬け 鶏もも肉 酒 おろししょうが 片栗粉 白板油 穀物酢 砂糖 しょうゆ ゆゆず サラダ菜 キャペツリラダドレッシング トマト ひじきの五目煮 ひじき さざみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい もみつば みそ だしの素 夕食 米飯
鶏の柚子南蛮漬け 鶏もも肉 酒 おろししょうが 片栗粉 白絞油 穀物酢 砂糖 しょうゆ ゆず サラダ菜 キャベツラダドレッシング トマト ひじき きさみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうり たっぱ かです シング トマト ひじき きさみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁 (さつまい みそ だしの素 がこし、 を こんに を たし を たし の素 本 たし の素 を たし のま を たし と を た を たし と を たし を たし と を たし を たし と を た を を を を を た を と を を を を を を を を を
 鶏もも肉 酒 おろししょうが 片栗粉 白絞油 穀物酢 砂糖 しょうゆ ゆず サラダ菜 キャベツ シーザサラダドレンシング トマト ひじきの五目煮 ひじきさざみ揚げ 人参 つきこんにゃくいんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまいも みつば みそ だしの素 夕食 米飯 米飯 ※飯 *
酒 おろししょうが 片栗粉 白絞油 穀物酢 砂糖 しょうゆ ゆゆず サラダ菜 キャペツ シーザリラダドレ・ シング トマト ひじきの五目煮 ひじきの五目煮 ひじきのもこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ をさみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁 (さつまい も みつば みそ だしの素 をだしの素 をがしていまいも みつば みそ だしの素 をだしの素 をだして をごしまする をごしまする をごしまする をごしまする をごしまする をごしまする をごしまする をごして をごと
おろししょうが 片栗粉 白紋油 穀物酢 砂糖 しょうゆ ゆずず サラダ菜 キャベツ シーザサラダドレ・ シング トマト ひじきの五目煮 ひじき きざみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい もみつば みそ ク食 米飯
片栗粉
自絞油 接物的 投物的 投物的 投物的 投物的 投物的 投票 投票 投票 投票 投票 投票 投票 投
穀物酢 砂糖 しょうゆ ゆず サラダ菜 キャベツ シーザサラダドレ・シング トマト ひじきの五目煮 ひじきの五目煮 ひじき さざみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁 (さつまい も みつば みそ だしの素 ケラ だしの素 ケラ 大き ケラ ケラ ケラ ケラ ケラ ケラ ケラ ケ
砂糖 しょうゆ
しょうゆ ゆず サラダ菜 キャベツ シーザサラダドレッシング トマト ひじきの五目煮 ひじき きざみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁 (さつまい も みつば みそ だしの素
ゆず サラダ菜 キャベツ シーザサラダドレ・シング トマト ひじきの五目煮 ひじき きざみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁 (さつまい も みつば みそ だしの素
サラダ菜 キャベツ シーザサラダドレ・シング トマト ひじきの五目煮 ひじき きざみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい も みつば みそ だしの素
キャベツ シーザサラダドレッシング トマト ひじきの五目煮 ひじき きざみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい も みつば みそ だしの素
ターザサラダドレ・ シング トマト ひじきの五目煮 ひじき きざみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい さつまいも みつば みそ だしの素
トマト ひじきの五目煮 ひじき きざみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい も みつば みそ だしの素 グラミングを がして、 カー・
トマト ひじきの五目煮 ひじき きざみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい も みつば みそ だしの素 グラミングを がして、 カー・
ひじき きざみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい さつまいも みつば みそ だしの素
きざみ揚げ 人参 つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい さつまいも みつば みそ だしの素
人参
つきこんにゃく いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい も みつば みそ だしの素 をだしの素 ・ おも ・ おいば ・ おき・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・
いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい さつまいも みつば みそ だしの素
砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい さつまいも みつば みそ だしの素
しょうゆ だしの素 本みりん みそ汁(さつまい さつまいも みつば みそ だしの素
だしの素 本みりん みそ汁 (さつまい さつまいも みつば みそ だしの素
本みりん みそ汁(さつまい さつまいも みつば みそ だしの素 夕食 米飯 米
みそ汁 (さつまい さつまいも みつば みそ だしの素 夕食 米飯 米
さつまいも みつば みそ だしの素 夕食 米飯 米
みそ だしの素 夕食 米飯 米
夕食 米飯
夕食 米飯 米
米
辛味噌炒め 絹厚揚げ
むきえび 白ねぎ
しめじ
ほうれんそう
おろししょうが
みそ
砂糖
しょうゆ
トウバンジャン
片栗粉
サニーレタス
もやしとカニカマの 土佐和え 緑豆もやし
土佐和え 緑豆もやし きゅうり
かに風味かまぼこ
糸かつお
しょうゆ
本みりん
ごま油
ごま油 中華スープ(はるさ め) はるさめ
ごま油 中華スープ (はるさ め) はるさめ 人参
でま油 中華スープ (はるさ はるさめ 人参 キヌサヤ
プリスタイプ (はるさ が) はるさめ 人参 キスサヤ 鳥がらスープ
でま油 中華スープ (はるさ はるさめ 人参 キヌサヤ

2018/01/11(木)

田谷	01/11(木)	
初戊	パン食	T III
		黒糖食パン
		バターブレンド
	かぶらのスープ煮	
		かぶ
		人参
		ベーコン
		コンソメ
		食塩
		こしょう パセリ
	4 型	ハセリ
	牛乳	.1 -21
		牛乳
昼食	ちゃんぽんめん	
		中華めん
		豚ももスライス
		キャベツ
		かまぼこ
		人参
		むきえび
		付ける かっ
		緑豆もやし
		キヌサヤ
		白湯ラーメンスープ
	餃子	
		餃子
		しろな
		ポン酢
	白菜のなめたけ和え	11.E HI
	日来のなのだけ相だ	はくさい
		人参
		人参
		ロースハム
		なめ茸
		しょうゆ
	コンポート	
		りんご
		砂糖
夕食	米飯	
	-1-70	米
	八幡巻き	711
	7 THE C	牛かたローススライ
		人参 じゃがいも
		しんやかいも
		いんげん
		いんげん 砂糖
		いんげん
		いんげん 砂糖
		いんげん 砂糖 しょうゆ
		いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん
		いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん サラダ菜
		いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん サラダ菜 かぼちゃ
		いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん サラダ菜 かぼちゃ ミックスベジタブル
		いんげん 砂糖 だしの素 本みりん サラダ菜 かぼちゃ ミックスベジタブル 砂糖
	Ort Didd John May / we 11 2	いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん サラダ菜 かぼちゃ ミックスベジタブル
	味噌炒め(エリン	いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん サラダ菜 かぽちゃ ミックスベジタブル 砂糖 ブチトマト
	味噌炒め(エリン	いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん サラダ菜 かぼちゃ ミックスベジタブル 砂糖 ブチトマト えりんぎ
	味噌炒め(エリン	いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん サラダ菜 かぽちゃ ミックスベジタブル 砂糖 ブチトマト
	味噌炒め(エリン	いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん サラダ菜 かぼちゃ ミックスベジタブル 砂糖 ブチトマト えりんぎ
	味噌炒め(エリン	いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん サラダ葉 かぼちゃ ミックスペジタブル 砂糖 プチトマト えりんぎ つきこんにゃく
	味噌炒め(エリン	いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん サラダ菜 かぽちゃ ミックスベジタブル 砂糖 ブチトマト えりんぎ つきこんにゃく みそ
	味噌炒め(エリン	いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりダ菜 かぼちゃ ミッ約 ブチトマト えりきこんにゃく み称籍 しょうゆ
		いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん サラダキ かぼっクスペジタブル 砂糖 ブチトマト えりきこんにゃく みそ
	味噌炒め (エリン	いんげん 砂糖 しょうゆ たいの表 本みりん サラダちゃ かぼっクスペジタブル 砂糖 ブチトマト えりんぎ つきこんにゃく みそ 砂糖 しょうゆ 青のり
		いんげん 砂糖 しょうゆ たいというの素 本みりん サラダちゃ をからが、できないです。 いったいでは、これでは、いったいでは、いったいでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これ
		いんげん 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん サラダ菜 かぽちゃスペジタブル 砂糖 ブチトマト えりんぎ つきこんにゃく みを しょうゆ 青のり わかめ ふ
		いんげん 砂糖 しょうゆ だら素 本みりが菜 かぼったスペジタブル 砂糖 ブチトマト えります。 えきこんにゃく みぞ 砂糖 しの わかめ ふ 食塩
		いんげん 砂糖 しょうゆ だら素 本みりが菜 かぼちゃ ミックスペジタブル 砂糖 ブチトマト えりきこんにゃく みそ 砂糖 しょうゆ 青のり わかめ ふ な塩 しょうゆ
		いんげん 砂糖 しょうゆ だら素 本みりが菜 かぼったスペジタブル 砂糖 ブチトマト えりまさい。 えきこんにゃく みそ 砂糖 しの わかめ ふ 食塩
		いんげん 砂糖 しょうゆ だら素 本みりが菜 かぼちゃ ミックスペジタブル 砂糖 ブチトマト えりきこんにゃく みそ 砂糖 しょうゆ 青のり わかめ ふ な塩 しょうゆ

2018/01/12(金)

朝食		
	ホットケーキ	
		ホットケーキミック
		鶏卵
		牛乳
		無塩バター ホイップクリーム
		ボイラングリーム
		チョコソース
		オレンジ
		キウイフルーツ
	ヨーグルト	
		ヨーグルト
	紅茶	
		紅茶
		グラニュー糖
昼食	ブリご飯	7 7 TA
少及	ノうこ以	*
		ぶり
		食塩
		きゅうり
		白ごま
		大葉
		紅生姜
	肉じゃが	
l	,	じゃがいも
		牛かたローススライ
		
l		人参
		糸こんにゃく
l		砂糖
l		しょうゆ
l		だしの素
		本みりん
		グリンピース
	だし巻き卵	
	72 0 2 2 3	鶏卵
		だしの素
		食塩
		しょうゆ
		本みりん
		サラダ油
		大根おろし
		しょうゆ
	赤だし汁(なす)	
		なす
		まきふ
		みつば
		赤みそ
夕食	米飯	赤みそ
夕食		赤みそ
夕食	米飯インド風焼肉	赤みそ だしの素
夕食		赤みそ だしの素 米
夕食		赤みそ だしの素 米 豚ももスライス
夕食		赤みそ だしの素 米 豚ももスライス たまねぎ
夕食		赤みそ だしの素 米 豚ももスライス たまねぎ 人参
夕食		赤みそだしの素 米 豚ももスライス たまねぎ 人参 ピーマン
夕食		赤みそ だしの素 米 豚ももスライス たまねぎ 人参 ピーマン トマトケチャップ
夕食		赤みそ だしの素 米 豚ももスライス たまねぎ 人参 ピーマン トマトケチャップ カレー粉
夕食		赤みそ だしの素 米 豚ももスライス たまねぎ 人参 ピーマン トカレー粉 食塩
夕食		赤みそだしの素 米 豚ももスライス たまねぎ 人参 ピーマン トマトケチャップ カレー粉 食しょう
夕食		赤みそだしの素 米 豚ももスライス たまおぎ 人 と ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
夕食		赤みそだしの素 米 豚ももスライス たまねぎ 人 と ビーマン トマント トンケチャップ カレ塩 こしょう ししょう レラダ菜
夕食		赤みそだしの素 米 豚ももスライス たまねぎ 人 と ビーマン トマント トンケチャップ カレ塩 こしょう ししょう レラダ菜
夕食		赤みそ だしの素 米 豚ももスライス たまねぎ 人・ピーマン トマントャップ カレ塩 しょう しょう しょう マンキタ サマップ
夕食		赤みそだしの素 米 豚ももスライス たま参 マントイストを ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
夕食		赤みそだしの素 米 豚ももスライス たま参 マントイストを ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
夕食		赤みそだしの素 米 豚ももスライス たま参 マントナマップ カウ塩 しょう しょう はしょう しょう が聴 しゅう が聴 しゅう が聴 しゅう がし にま か しょ が しゅう い い にゅう
夕食		赤みそだしの素 米 豚ももスライス たま参 マントナマップ カウ塩 しょう しょう はしょう しょう が聴 しゅう が聴 しゅう が聴 しゅう がし にま か しょ が しゅう い い にゅう
夕食		赤みそだしの素 米 豚ももスライス たま物 レーマトケチャップ カ な塩 こうしょうゆ サラき 砂糖 しょうゆ サラき フトマーカ カウま カウェ カウナラウル カウナラウル アナケチャップ カウナラ・アナップ カウナラ・アナップ カウナラ・アナップ カウナラ・アナップ カウナラ・アナップ カウナラ・アナップ カウナラ・アナップ カウナーアーフィーア・ド
夕食	インド風焼肉	赤みそだしの素 米 豚ももスライス たま参 マントナマップ カウ塩 しょう しょう はしょう しょう が聴 しゅう が聴 しゅう が聴 しゅう がし にま か しょ が しゅう い い にゅう
夕食		赤みそだしの素 米 豚ももスライス たま参 トマントナップ カレ塩 しょうマントマー粉 食塩 しょうゆ サラき 砂はまうゆ サラき 砂はまうけ カリフィンシンシング レーズンシング カリフィング レーズンシング レーズンシング レーズンシング
夕食	インド風焼肉	赤みそだしの素 米 豚ももスライス たま参 トマントナップ カル塩 にょうしょう ダ
夕食	インド風焼肉	赤みそだしの素 米 豚ももスライス たま物 ピーマトケチャップ カ食塩 こうしょう ダ こしょう ダ 立り サラき 砂糖 しょ 油 カーノンッシーング キャック インッ・ベック キャック
夕食	インド風焼肉	赤みそだしの素 米 豚ももスライス たま参 レーマトケチャップ カ食にようレー粉 食にしょうダ しょうダ しょうダ しょうが しょうが しま カリンマーク カウラき ルーデョーの カリンツット マー・アー・アー・アー・アー・アー・アー・アー・アー・アー・アー・アー・アー・アー
夕食	インド風焼肉	赤みそだし
夕食	インド風焼肉	赤みそだし、
夕食	インド風焼肉	赤みそだしの素 米 豚ももスライス た人参 レーマトケ カ 食 こって アケケー カ 食 こって アケケー ない アララ が できる アイス
夕食	インド風焼肉	赤みそだし、
夕食	インド風焼肉	赤みそだし、
夕食	インド風焼肉	赤みその表 だし、 下ももなった。 大き参マトー粉 食塩しようが としょうが、 にようが、 にようが、 でしょうが、 でしょうが、 でしょうが、 でしょうが、 でしょうが、 でしょうが、 でしょうが、 でしまりが、 でしている。 でしている。 でしている。 でしている。 でいる。
夕食	インド風焼肉	赤みその表 だし、 ボース ファイス ファイス ファイス ファイス ファイス ファイス ファイス ファイ
夕食	インド風焼肉	赤みそだしの素 米 豚ももスライス た人参 マトケート カ食 こってアケーカ ないますが、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では
夕	インド風焼肉	赤みそだし、 来
夕食	インド風焼肉	赤みそだし *** 「「「「「「「」」」」 *** 「「「」」」 *** 「「」 *** 「「 *** 「「」 *** 「「」 *** 「「」 *** 「「」 *** 「「」 *** 「「」 *** 「「」 *** 「「」 *** 「「」 *** 「「」 *** 「「」 *** 「「 ***
夕食	インド風焼肉	赤みそだし、 来

2018/01/13(+)

2018/0	01/13(土)	
朝食	パン食	
		食パン
	小松芸を占くいよー	バターブレンド
	小松菜とウインナー のソテー	小松菜
		ポークウインナー
		たまねぎ
		サラダ油
		コンソメ
	コーヒー牛乳	しょうゆ
	コーヒー十兆	コーヒー牛乳
昼食	米飯	
		米
	鶏の白味噌マスター	
	ド焼き	鶏もも肉
		白みそ
		砂糖 粒入りマスタード
		本みりん
		卵黄
		パセリ
		緑豆もやし
		食塩
		こしょう
		オリーブ油 さつまいも
		食塩
	五目春雨	12-111
		はるさめ
		かに風味かまぼこ
		たまねぎ
		人参
		いんげん ごま油
		鳥がらスープ
		コンソメ
		しょうゆ
	すまし汁(エビボー	4
	ル)	エビボール
		貝割れ大根
		しょ う ゆ 食塩
		本みりん
		だしの素
夕食	米飯	
	+	*
	白身魚の梅かか焼き	+ +
		ホキ 酒
		本みりん
		しょうゆ
		梅干し
		糸かつお
		みつば
		砂糖 しょ う ゆ
		しょうゆ 春菊
		人参
		白ごま
		しょうゆ
	do 1 10 / 4-4+1	本みりん
	卵とじ(白菜)	製色 点 口
		鶏卵
		はくさい 人参
		かまぼこ
		砂糖
		しょうゆ
		本みりん
	カズエ (マコ・8 =	だしの素
	みそ汁(アスパラ・ 厚揚げ)	絹厚揚げ
	1+1勿11/	相厚物U グリーンアスパラ
		みそ
L		だしの素
_		

2018/	01/14(日)	
朝食	パン食	A 0.
		食パン バターブレンド
	チンゲンとささみの	ハダーフレンド
	塩だれ炒め	チンゲン菜
		黄ピーマン
		ササミ
		人参
	&b+>¬ + + 1	塩だれ
	飲むヨーグルト	飲むヨーグルト
昼食	米飯	W-0-1 ///
		米
	スパニッシュオムレ	
		鶏卵
		牛乳 砂糖
		食塩
		こしょう
		ほうれんそう
		じゃがいも
		人参
		たまねぎ ロースハム
		サラダ油
		トマトケチャップ
		ブロッコリー
		金ゴマドレッシング
	***	トイト
	なすのカレー炒め	なす
		なり 豚ももスライス
		おろししょうが
		カレー粉
		砂糖
		しょうゆ
	オクラとセロリの	グリンピース
	スープ	オクラ
		セロリー
		人参
		コンソメ
		鳥がらスープ しょうゆ
夕食	米飯	C 2 719
- ~	71790	兵庫米
	揚げ出し豆腐カニあ	
	んかけ	揚げ出し豆腐
		白絞油
		かぼちゃ いんげん
		人参
		たけのこ
		かに風味かまぼこ
		かに
		砂糖
		しょうゆ 本みりん
		だしの素
		片栗粉
	酢の物(焼き豚)	
		きゅうり
		人参 焼き豚
		穀物酢
		砂糖
		しょうゆ
	みそ汁(えのき)	
1		えのき きざみ揚げ
		ささみ揚け ねぎ
		みそ
		だしの素

2018/01/15(月)

2018/0	01/15(月)	
朝食	パン食	
		チーズハムロール
	フルーツ(りんご)	
		りんご
	牛乳	
	-	牛乳
昼食	米飯	
	-	米
	すきやき	
		牛かたローススライ
		焼き豆腐
		はくさい
		人参
		ささがきごぼう
		糸こんにゃく
		ふ
		春菊
		砂糖
		しょうゆ
	アスパラの梅おかか	
	和え	グリーンアスパラ
		かに風味かまぼこ
		糸かつお
		梅肉
		しょうゆ
		砂糖
	みそ汁(だいこん)	
		大根
		ひらてん
		ねぎ
		みそ
		だしの素
夕食	米飯	
		米
	鰆のオイスターソー	
	ス煮	さわら
		白ねぎ
		えのき
		オイスターソース
		砂糖
		しょうゆ
		だ」の表
		白ごま トウバンジャン
		トウバンジャン
		さといも
		揚げなす
		砂糖
		しょうゆ
		本みりん
		だしの素
	錦和え	
		ほうれんそう
		緑豆もやし
		錦糸卵
		人参
		しょうゆ
		本みりん
	すまし汁(わかめ)	
		わかめ
	· —	人参
		食塩
		しょうゆ
		しょうゆ 本みりん
		しょうゆ

2018/01/16(火)

	01/16(火)	
朝食	パン食	
		食パン
I		バターブレンド
	オムレツのカレー	
I	ソースかけ	ミートオムレツ
I		カレールウ
I		ミックスベジタブル
I		食塩
I		
I	,, -	こしょう
I	ジュース	1
<u> </u>		オレンジジュース
昼食	米飯	
		*
	鮭のチリマヨポパイ	
	焼き	鮭
	,,	酒
		本みりん
		しょうゆ
		ロム カル
		ほうれんそう
I		人参
I		マヨネーズ チリソース
I		
I		緑豆もやし
I		人参
I		白ごま
I		しょうゆ
I		本みりん
I	切干大根煮物	, , , , , ,
I	の「人」スペース	切干し大根
Ī		
I		人参
I		きざみ揚げ
I		砂糖
Ī		しょうゆ
I		だしの素
I		本みりん
I	すまし汁(えりん	
I		えりんぎ
I		とろろ昆布
I		みつば
I		食塩
Ī		しょうゆ
I		本みりん
Ī		
万金	<u> </u>	だしの素
夕食	米飯	N/
Ī	T-04+4	米
Ī	豚肉の生姜焼き	n= 1 1 = = :
Ī		豚ももスライス
Ī		おろししょうが
Ī		酒
I		たまねぎ
I		人参
I		砂糖
Ī		しょうゆ
Ī		本みりん
Ī		
I		サラダ菜
I		キャベツ
Ī		ノンオイル青じそド
I		レッシング
I		プチトマト
I	長芋短冊和え	
I		長芋
I		穀物酢
I		砂糖
I		しょうゆ
I		青のり
I	ねを汁 (エンゲン	HWY
I	みそ汁(チンゲン	エハゲハ芒
I		チンゲン菜
I		巻きふ
I		みそ だしの素
		だしの素

朝食	01/17(水)	
	米飯	
		米
	小松菜と油揚げの煮 浸し	小扒芸
	皮し	小松菜 きざみ揚げ
		人参
		砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		本みりん
	みそ汁(じゃがい	1
		じゃがいも
		たまねぎ
		みそ
		だしの素
	のり佃煮	
		のり佃煮
昼食	ロコモコ丼	
		米
		合挽ミンチ
		たまねぎ
		鶏卵 パン粉
	<u> </u>	4乳
Ī	 	鶏卵
		レタス
		アボカド
		チリソース
		デミグラスソース
		トマトケチャップ
		トンカツソース
	ほうれんそうのなめ	
	たけ和え	ほうれんそう
		人参
		かに風味かまぼこ
		なめ茸
	m7 # ¬ →	しょうゆ
	野菜スープ	キャベツ
		人参
		コンソメ
		しょうゆ
		パセリ
I		
	フルーツ(みかん)	
	フルーツ(みかん)	みかん
夕食		
夕食	米飯	
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし	みかん
夕食	米飯	みかん 米 さば
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし	みかん 米 さば 食塩
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし	みかん 米 さば 食塩 大根おろし
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし	みかん 米 さば 食塩 大根おろし はくさい
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし	みかん 米 さば 食塩 た根おろし はくさい ポン酢
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし	みかん ** さば 食塩 大根おろし はくさい ポン酢 大葉
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし	みかん 米 さば 食塩 大根おろし はくさい ポン酢 大葉 しろな
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし	みかん 米 さば 食塩 大根おろし はくさい ポン葉 しろな 人参
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし	みかん 米 さば 食塩 大くさい ボン葉 しる なな 人参 からし
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし	みかん 米 さば 食塩 大根くさい ボン ボン ボス 大根 さい ボン 大表 し し し し し し し し し し し し し
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし	みかん 米 さば 食塩 大くさい ボン葉 しる なな 人参 からし
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし がけ	みかん 米 さば 食塩 大根ささい ボン酢 大葉 しろ な 人参 ししょうゆ
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし がけ	みかん 米 さば 食塩はおろし ははさい ポス葉 しろ参らし しょうゆ 本みりん なす
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし がけ	みかん 米 さば 食塩 大根おろし はくさい ポン酢 大葉 しる からし しょうゆ 本みりん
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし がけ	みかん 米 さば 塩塩 大根くさい ボ菜 ろな 人参 しし は ボ ま ひ し し か よ り し か い か ・
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし がけ	みかん 米 さば 食塩 大くさい ボン酢 大夫くう酢 大支の 大大・シ酢 大きの
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろしがけ	みかん 米 さば 塩塩 大根くさい ボ菜 ろな 人参 しし は ボ ま ひ し し か よ り し か い か ・
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろし がけ	みかん 米 さば 食塩はおろし ははさい ポ文葉 しろ参らし しょうゆ 本みりん なす いか 砂糖 しょうの表 たみのりん
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろしがけ	みかん 米 さは 食塩 大はくさい ボス 大 この参 いい 大 ま な な な な な な な な な な な な な な な な な な
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろしがけ	みかん 米 さば 食塩 大くさい ボン酢 大葉 し参 からし しょうりん なすいか 糖 しいか もいい なすいか もいい なすいか もしたしの な な あらりん なすいか なすいか もいか なすいか なすいか なすいか なすいか なすいか なすいか なすいか なす
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろしがけ	みかん 米 さば 食塩 おろし はよさい 大文文 で 大文文 で 大文文 で 大次 で で 大次 で で 大次 で 大次
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろしがけ	みかん 米 さば 食塩はおろし はポスを 大はくご難 大大変を しんからい。 しまみ すいか ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
夕食	米飯 焼き鯖の白菜おろしがけ	みかん 米 さば 食塩 おろし はよさい 大文文 で 大文文 で 大文文 で 大次 で で 大次 で で 大次 で 大次

2018/01/18(木)

	川/18(木)	
朝食	パン食	
		アップルデニッシュ
	ブロッコリーときの	
	- 0 1 - C - 0	
	このソテー	ブロッコリー
		しめじ
		ツナフレーク
		赤ピーマン オリーブ油
		ナローゴ油
		オリーノ油
		食塩
		こしょう
		こしょう おろしにんにく
		1 50
	N. b. = 18 1	しょうゆ
	飲むヨーグルト	
		飲むヨーグルト
昼食	米飯	
	-1	*
	# o # +	*
	鰆の西京チーズ焼き	
		さわら
		白みそ
		みそ
		砂糖
		粉チーズ
		オクラ
		無塩バター
		食塩
		こしょう
	さといものそぼろ煮	İ
	CC 000 C100 D MK	さといも
		2200
		とりミンチ
		サラダ油
		人参
		白ねぎ
		だしの素
		砂糖
		しょうゆ
		本みりん
		片栗粉
		グリンピース
	すまし汁(春菊)	グリンピース
	すまし汁(春菊)	
	すまし汁(春菊)	春菊
	すまし汁(春菊)	春菊 ハンペン
	すまし汁(春菊)	春菊 ハンペン
	すまし汁(春菊)	春菊 ハンペン だしの素
	すまし汁 (春菊)	春菊 ハンペン だしの素 食塩
	すまし汁 (春菊)	春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ
		春菊 ハンペン だしの素 食塩
夕食		春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ
夕食		春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ
夕食	米飯	春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん
夕食		春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米
夕食	米飯	春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉
夕食	米飯	春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉
夕食	米飯	春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉
夕食	米飯	春菊
夕食	米飯	春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉 酒本みりん しょうゆ
夕食	米飯	春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉 酒 本みりん しょうゆ しょうゆ
夕食	米飯	春菊 ハンペン だ食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉 酒 本みりらり しょう粉
夕食	米飯	春菊 ハンペン だ食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉 酒 本みりらり しょう粉
夕食	米飯	春菊 ハンペン だ食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉 酒 本みりらり しょう粉
夕食	米飯	春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉 酒 本みりん しょうゆ 小妻粉 鶏四 レッドキャベツ
夕食	米飯	春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉 酒本ようゆ 小麦粉 鶏 エーレタス レータス レーヤマベツ 穀物酢
夕食	米飯豚肉のピカタ	春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉 酒 本みりん しょうゆ 小妻粉 鶏四 レッドキャベツ
夕食	米飯 豚肉のビカタ	 春菊 ホンペン だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚酒 本みりん しょうゆ 小鶏卵 サニーレタス レッドキャベツ 穀物糖 砂糖
夕食	米飯豚肉のピカタ	春菊 ハンペン だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉 酒本ようゆ 小麦粉 鶏 エーレタス レータス レーヤマベツ 穀物酢
夕食	米飯 豚肉のビカタ	春菊 ハンペン たしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉 酒 本みりん しょうゆ 小妻卵 サニーレタス レッドキャベツ 穀物酢 砂糖 スナップえんどう
夕食	米飯 豚肉のビカタ	春菊 ハンペン たら塩 しょうゆ 本みりん 米 豚酒本しりの表 適本からうゆ 小麦粉 野・サンッ・ 大きの が表 がある。 大きの を表 がある。 などう したが ない
夕食	米飯 豚肉のビカタ	春菊 ハンペン だ良塩 しょうゆ 本みりん 米 豚ロース肉 酒 本しょうゆ 小麦粉 野卵 サニッド 中サニッド 砂糖 スナッす しらろしにく
夕食	米飯 豚肉のビカタ	春菊 ホンペン だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚四ース肉 酒本みりんしょうゆ 小鶏卵 サニードキの 大き粉 一次の
夕食	米飯 豚肉のビカタ	春菊 ハだしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚酒本みらゆ ルカラゆ ルカラゆ ルカラの カース肉 の の の の の の の の の の の の の の の の の の の
夕食	米飯 豚肉のビカタ	春菊 ハだしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚酒本みらゆ ルカラゆ ルカラゆ ルカラの カース肉 の の の の の の の の の の の の の の の の の の の
夕食	米飯 豚肉のビカタ	春菊 ハンパの素 食塩 しょうゆ 米 豚酒本みょうゆ ハ大しの表 カルカース 肉 酒本みらうか カース カリカー カルカー カルカー カルカー カルカー カルカー カルカー カルカー
夕食	米飯 豚肉のピカタ スナップえんどうと じゃこの炒め	春菊 ハだしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚酒本みらゆ ルカラゆ ルカラゆ ルカラの カース肉 の の の の の の の の の の の の の の の の の の の
夕食	米飯 豚肉のビカタ	春菊 ホンペン たしの素 食塩 しょうゆ 本みりん 米 豚酒 本みりん しょうゆ ・ス肉 酒本みりうゆ ・小鶏卵 サニードキ ・シャイツ 穀物糖 ・サークを ・カリー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー
夕食	米飯 豚肉のピカタ スナップえんどうと じゃこの炒め	春菊 ハンパの素 食塩 しょうゆ 米 豚酒本みょうゆ ハ大しの表 カルカース 肉 酒本みらうか カース カリカー カルカー カルカー カルカー カルカー カルカー カルカー カルカー
夕食	米飯 豚肉のピカタ スナップえんどうと じゃこの炒め	春菊 パンプラ では できない かい できない できない できない できない かい できない かい できない かい できない できない かい できない できない できない できない できない できない できない できな
夕食	米飯 豚肉のピカタ スナップえんどうと じゃこの炒め	春菊 ハンプででは、
夕食	米飯 豚肉のピカタ スナップえんどうと じゃこの炒め	春菊 ハン では は は が で が で が で が で が で が で が で が で
夕食	米飯 豚肉のピカタ スナップえんどうと じゃこの炒め	春菊 ハンペの素 食塩・リリルでは、カース は、カース のの 酒本しい表別の 一ス のの 酒かようりの しい表別の カルース のの 酒からま粉 のの カルース のの のの カルース のの
夕食	米飯 豚肉のピカタ スナップえんどうと じゃこの炒め	春菊 ハン では は は が で が で が で が で が で が で が で が で
夕食	米飯 豚肉のピカタ スナップえんどうと じゃこの炒め	春菊 ハンペの素 食塩・リリルでは、カース は、カース のの 酒本しい表別の 一ス のの 酒かようりの しい表別の カルース のの 酒からま粉 のの カルース のの のの カルース のの

2018/	01/19(金)	
朝食	パン食	♠ .% ` .
		食パン マーマレード
	ウインナーソテー	
		キャベツ
		ポークウインナー たまねぎ
		無塩バター
		食塩
		こしょう
		コンソメ しょうゆ
	牛乳	C 2 719
		牛乳
昼食	おにぎり(ゆかり)	N
		米かり
	けんちんうどん	1971.9
		うどん
		豚ももスライス
		ささがきごぼう 人参
		焼き豆腐
		大根
		かに風味かまぼこ
		ねぎ
		だしの素 砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		食塩
		砂糖 しょ う ゆ
		酒
		本みりん
		おろししょうが
	たらもサラダ	片栗粉
	1250977	じゃがいも
		きゅうり
		人参
		ロースハム
		からしめんたいこ 食塩
		こしょう
		マヨネーズ
	ちくわの炒め物	竹輪
		つきこんにゃく
		赤ピーマン
		キヌサヤ
		白ごま
		砂糖 しょうゆ
		本みりん
		ごま油
夕食	米飯	N/
	伏見卵	米
		鶏卵
		厚揚げ
		砂糖
		しょうゆ だしの素
		本みりん
		人参
		みつば
		水 食塩
		しょうゆ
		だしの素
		カリフラワー
		人参 コーン
		コールスロードレッ
		シング
	ユズカヤラ /ウサン	サラダ菜
	みぞれ和え(白菜)	はくさい
		人参
		みつば
		大根おろし
	みそ汁(もやし)	ポン酢
	-, (,) (01-0)	緑豆もやし
		きざみ揚げ
		ねぎ
		みそ だしの素

	01/20(土) パン食	
7772		食パン バターブレンド
		バターブレンド
	アスパラシーチキン	
	炒め	グリーンアスパラ ツナフレーク
		赤ピーマン
		砂糖
		しょうゆ
	4 10	ごま油
	牛乳	上
昼食	米飯	T-70
		米
	白身魚の洋風天ぷら	
		メルルーサ
		酒 食塩
		小麦粉
		鶏卵
		ナツメグ
		白絞油
	-	トマトピューレー 砂糖
		牛乳
		食塩
		こしょう
		片栗粉 いんげん
		ごま油
		砂糖
		しょうゆ
		じゃがいも
		食塩こしょう
		粉チーズ
	きゅうりとかまぼこ	1,22
	のわさび和え	きゅうり
		人参
		かまぼこ しょうゆ
		わさび
		本みりん
	中華スープ(コー	
	ン・オクラ)	オクラ
		鳥がらスープ
		コンソメ
		しょうゆ
<u> </u>	\/ &⊏	パセリ
夕食	米飯	米
	鶏のそぼろ焼	<u> </u>
	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	鶏もも肉
		食塩
		こしょう
		合挽ミンチ ほうれんそう
		人参
		砂糖
		しょうゆ
		サラダ油 シュレッドチーズ
	-	カコレットナース ホワイトアスパラ
		無塩バター
		食塩
		ブラックペッパー
	ころこキ士坦	トマト
	ふろふき大根	大根
		だしの素
		しょうゆ
		みそ
		砂糖
	すまし汁(しめじ・	本みりん
	ふ)	しめじ
		手まりふ
		みつば
		食塩
		しょうゆ だしの素
	L	本みりん

2018/01/21(日)

2018/0	01/21(日)	
朝食	パン食	
		ジャーマンベーコン
		ポテトパン
	フルーツ(みかん 缶・洋ナシ缶)	
	缶・洋ナシ缶)	みかん缶
		西洋なし缶
	コーヒー牛乳	
		コーヒー牛乳
昼食	米飯	
		*
	鯖の柚子味噌焼き	
		さば
		みそ
		砂糖
		ゆず
		しろな
		竹輪
		しょうゆ
		本みりん
	イカの塩炒め	ļ
		いか
		ブロッコリー
		塩だれ
		ごま油
	すまし汁(ちゃそ	· · ·
		茶そば
		きざみ揚げ
		きざみのり
		だしの素
		食塩 しょうゆ
		本みりん
夕食	米飯	本の りん
- 1	不	*
- 1		米
, ,	肉団子の中華五目煮	
7.4		ミートボール
7 12		ミートボール
		ミートボール ごぼう れんこん
		ミートボール ごぼう れんこん 大根
		ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参
		ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マニー キヌサヤ
7.8.		ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マニー キヌサヤ
7.8.		ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マロニー
7.8		ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マロニー キヌサマ 鳥がセンタン コンソメ
7.8	肉団子の中華五目煮	ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マロニー キョンサヤ 鳥がらスープ シャンタン
		ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マコニー キヌサヤ 鳥がらスープ シャンタン コンソメ しょうゆ
7.10	肉団子の中華五目煮	ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マロニー キヌサマ 鳥がセンタン コンソメ
7.4	肉団子の中華五目煮	ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マロニー キヌがらスープ シャンタン コンソメ しょうゆ チンゲン菜 人参
7 4	肉団子の中華五目煮	ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マロニー キヌがらスープ シャンタン コンソメ しょうゆ チンゲン菜 人参
	肉団子の中華五目煮	ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マキヌサヤ 鳥がらスープ シャンタン コンメメ しょうゆ チンゲン 英 大 黄ピーマン かに風味かまぼこ
	肉団子の中華五目煮	ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マロニー キがらスタン コン・シック フン・シック サゲ 大参ピーマン かいに、 教物的
	肉団子の中華五目煮	ミートボール ごぼう れたした 大根 人参 マロニー キヌがらスタン コンソメ しょうゆ チンゲン 英ピー風味 を発ビーマかかま のでである。 を発送しています。 を発送している。 をとをとす。 をとをとする をとをも をとをも をとをも をとをも をとをも ををと ををと ををと をを
	肉団子の中華五目煮	ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マロニー キヌがらスタン コンソメ しょうゆ チンゲン 大参 黄ピーマンか を を を を を を を を を を を を を を を を を を を
	肉団子の中華五目煮	ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マキヌサヤ 鳥がらスタン コンようゆ チン ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
	中華風酢の物	ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マロニー キヌがらスタン コンソメ しょうゆ チンゲン 大参 世一平、マン かに知ま を がった。 アンソス で で アンソス で で アンソス で で アンリス で で アンリス で で の で の で の で の た の た の た の た の た の た
	内団子の中華五目煮	ミートボール ごぼう れんこん 大根 人参 マロヌサヤ ラシュニー キ鳥がマンソン コンよう ゲン マンソメ しょう ゲン 英 大参 デーマン かに風酢 砂糖 しょま油 トウパンジャン
	中華風酢の物	ミートボール ごぼう れた根 人参 マロサヤ ーラン・ション・ション・ション・ション・ション・ション・ション・ション・ション・ショ
	内団子の中華五目煮	ミートボール ごぼう れんした 大根 人参 マキヌサヤ 鳥がシャンソ コンよう ゲンタン コンよう ゲンタン コンよう ゲンタン コンよう が 大き に風酢 砂糖 しょま油 トウ たま参
	内団子の中華五目煮	ミートボール ごれるこん 大根 人参 マロス サヤーブ ション・サヤーブ ション・サケーブ ション・サケーブ ション・サケーブ ション・サケーズ 大きビー風味 砂糖・ション・カサー を表して、 をまして、 をまして、 をまして、 をまして、 をまして、 をまして、 をまして、 をまし
	内団子の中華五目煮	ミートボール ごれるこん 大根 人参 マロヌがらスタン コレ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
	内団子の中華五目煮	ミートボール ごぼんこん 大人参 マロオ・ラン マロサヤマーブ シンン・ション・ション・ション・ション・ション・ション・ション・ション・ション・
	内団子の中華五目煮	ミートボール ごれるこん 大根 人参 マロス サヤーブ ション・サヤーブ ション・サケーブ ション・サケーブ ション・サケーブ ション・サケーズ 大きビー風味 砂糖・ション・カサー を表して、 をまして、 をまして、 をまして、 をまして、 をまして、 をまして、 をまして、 をまし

2018/01/22(月)

朝食	01/22(月)	
	パン食	
		食パン
		バターブレンド
	ハムスクランブル	조수 다다
	エッグ	鶏卵 ロースハム
		4乳
		食塩
		こしょう
		サラダ菜
		トマトケチャップ
	ジュース	1 1 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7
		りんごジュース
昼食	米飯	
		*
	蒸し鶏のチリ甘酢あ	
	んかけ	鶏もも肉
		酒
		おろししょうが
		たまねぎ
		赤ピーマン 黄ピーマン
		にら
		砂糖
		穀物酢
		しょうゆ
		チリソース
		片栗粉
		カリフラワー
		食塩
		かぼちゃ
		食塩
		カレー粉
	もやし炒め	
		緑豆もやし
		グリーンアスパラ
		豚ももスライス
		食塩
		こしょう 砂糖
		しょうゆ
		ごま油
	わかめとえりんぎの	
	スープ	わかめ
		えりんぎ
		鳥がらスープ
		鳥がらスープ コンソメ
		鳥がらスープ
夕食	米飯	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ
夕食		鳥がらスープ コンソメ
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米
夕食		鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら 食塩
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら 食塩 こしょう
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら 塩塩 こしょう 小表粉
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら 塩 こしょう 小妻粉 鶏パン粉 パセリ
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら 塩 にょう 小麦粉 鶏卵 パセリ 粉チーズ
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら塩しまう 小鶏卵 パンサリスパセチル 粉白紋
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら食塩 こしまう 発卵 パンヤリ がセチーズ 白トマトケチャップ
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら塩 こしょう 小妻粉 鶏パン粉 パセリ がセリズ 白白マトケチャップ トンカツソース
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら 塩 にしょう 小麦粉 鶏の パパセリ 粉チーズ 白紋油 トマトケチャップ トンソ キャベツ
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら 食しょう 小妻卵 パンセリ 粉チシャリプ 白紋マース トマンカツソース キャベツ コールス
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら 食しょう 小鶏卵 パンサ パサチャンベ トンンベツ トンンベン トンング トンカッツ シング トンカッツ トンカッツ シング トンカッツ シング トンカッツ シング トンカッツ シング
夕食	白身魚の変わり衣フライ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら 食しょう 小妻卵 パンセリ 粉チシャリプ 白紋マース トマンカツソース キャベツ コールス
夕食	白身魚の変わり衣フ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら 食しょう 小鶏卵 パンサ パサチャンベ トンンベツ トンンベン トンング トンカッツ シング トンカッツ トンカッツ シング トンカッツ シング トンカッツ シング トンカッツ シング
夕食	白身魚の変わり衣フライ	鳥がらスープ コンようゆ 米 たら 塩 しょう 小麦粉 鶏の パパセリ 粉チンカ 白絞マトケチャップ トンンイ トマトケッソース キャベツ コーレッ シング トマト
夕食	白身魚の変わり衣フライ	鳥がらスープ コンようゆ 米 たら 塩によう 小麦粉 鶏卵 パセリ 粉チチンツ 白紋マトケンース キャールグ トマンベッ コーング トマンマ はくさい
夕食	白身魚の変わり衣フライ	鳥がらスープ コンソメ しょうゆ 米 たら塩 食しょう 小寒卵 パンセリ がチェース キーンカッソース キールカッソース キールグ トマンヤッグ トマンケッグ トンマト はくさい からしめんたいこ
夕食	白身魚の変わり衣フライ	鳥がらスプ コンようゆ 米 たら塩 はしよう 小麦卵 パパセリ 粉チシンサ カロシンマ インシンマ トマンベッ コンンマ トマンペッ コンンマ トマンペッ コンンマ トマント トマント トマント トマント トマント トマント トマント
夕食	白身魚の変わり衣フ ライ まさご和え (白菜)	鳥がらスプ コンソメ しょうゆ 米 たら 食こし数 頭卵パンセリーズ 白紋マンサリズ 白紋マンサリズ ウン・マンカッツ トマンマトンマードレッシンマト さしらゆ 本みりん 小松菜
夕食	白身魚の変わり衣フ ライ まさご和え (白菜)	鳥がらスプ コンソメ しょうゆ 米 たら塩 こしょう 小妻卵 パセリー油 白紋マトケソース キャールス トンンマト はからかり はからかしたいこ し本みりん 小数束 がありんたいこ し本みりん
夕食	白身魚の変わり衣フ ライ まさご和え (白菜)	鳥がらスプ コンようゆ 米 た食塩 こしょう 小夷卵 鶏ルンガーズ 白をマーカンマードレッシャース キャーンマートンマートレッシマート はらしまのかたいこ しようのかたいこしからようゆ 本みりん 小松菜 、
夕食	白身魚の変わり衣フ ライ まさご和え (白菜)	鳥がらスプ コンようゆ 米 たら塩 はしょう 小麦卵 パパセリーズ 白紋マトケップ トマンマト キャーング トマンマト はくらしかたいこ しよみりん 小松葉 しょみりん
夕食	白身魚の変わり衣フ ライ まさご和え (白菜)	鳥がらスプ コンようゆ 米 た食塩 こしょう 小夷卵 鶏ルンガーズ 白をマーカンマードレッシャース キャーンマートンマートレッシマート はらしまのかたいこ しようのかたいこしからようゆ 本みりん 小松菜 、

9	/23(火) ペン食 Fンゲン菜とウイン トーのソテー F乳 Gにぎり(しば漬 ハイカラきのこそば 豆腐の柚子甘味噌か ロ風サラダ(大根・ソナ)	食パン パターブレンド チボターブレンド デボターブレンド デックウラ デュー デック デュー ディー ディー ディー ディー ディー ディー ディー ディー ディー ディ
昼食	ト乳 るにぎり(しば漬ハイカラきのこそば	バター アイス で で で で で で で で で で で で で で で で で で で
昼食	ト乳 るにぎり(しば漬ハイカラきのこそば	デンゲンウー デン・デン・デーク ディーク で ディーク で で で で で で で で で で で で で で で で で で で
昼食	ト乳 るにぎり(しば漬ハイカラきのこそば	ポーク・ウィンナー たまず かまから できます かまがら できます いまり いまり できます いまり いまり いまり いまり いまり いまり できます いまり
昼食	ト乳 るにぎり(しば漬ハイカラきのこそば	ポーク・ウィンナー たまず かまから できます かまがら できます いまり いまり できます いまり いまり いまり いまり いまり いまり できます いまり
昼食 7 7 9 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	たますがいます。 たまながらうゆ 中乳 米 しは、 はずまでは、 はずまですが、 はずまですが、 はずまですが、 はがままがまですが、 はがままがますが、 はがままがますが、 はがままがますが、 はがままがますが、 はがままがますが、 はがままがますが、 はいままがますが、 はいままがままがますが、 はいままがままがままがままがままがままがままがままがままがままがままがままがままが
全 を を を を を を を を を を を を を	では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	サラダ油 鳥がらスゆ 牛乳 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
昼食 7 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	鳥がらうゆ 牛乳 米 は
昼食 7 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	しょうゆ 牛乳 米 しば 素では 大が 大が 大が 大が 大が 大が 大が 大が 大が 大
昼食 7 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	牛乳 米 しば をがまでする を を を を を を を を を を を を を を を を を を を
昼食 7 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	米 しば なす がまがす を塩 を塩 を塩 を塩 を塩 を塩 を塩 を塩 をし し が ま の り り を し た う き る を も し と し り み ん り り る り る り る り る り る り る り る り る り る
夕食	Nイカラきのこそば 豆腐の柚子甘味噌か ロ風サラダ(大根・	米 しば なす がまがす を塩 を塩 を塩 を塩 を塩 を塩 を塩 を塩 をし し が ま の り り を し た う き る を も し と し り み ん り り る り る り る り る り る り る り る り る り る
夕食	Nイカラきのこそば 豆腐の柚子甘味噌か ロ風サラダ(大根・	しば漬 ながまぼこ 天かす ほうぎ 食塩 砂糖 しょしのあ 本かりん 神ず 一のでする では、このでする。 では、このでは、このでは、このでは、このでは、このでは、このでは、このでは、この
夕食	豆腐の柚子甘味噌か	しば漬 ながまぼこ 天かす ほうぎ 食塩 砂糖 しょしのあ 本かりん 神ず 一のでする では、このでする。 では、このでは、このでは、このでは、このでは、このでは、このでは、このでは、この
夕食	豆腐の柚子甘味噌か	そば を放す かまぼこ 天かすにおぎ 食糖 しょうの たみりん 酒 調ごしっコリー みを 砂糖 しっこの のありん でしっコリー みを 砂糖 のもりん でしか のもの のもの のもの のもの のもの のもの のもの のもの のもの のも
夕食	豆腐の柚子甘味噌か	なめ茸 かまぼこ 天かす にきぎ 食塩糖 しょしの素 本みりん 神 一 一 の を 神 一 の を の も の も り し し し り の を り の も り り の も り り の も り り の も り り の も り り ん り り ん り り ん り ん り り ん り ん り ん り
夕食	11風サラダ(大根・	なめ茸 かまぼこ 天かす にきぎ 食塩糖 しょしの素 本みりん 神 一 一 の を 神 一 の を の も の も り し し し り の を り の も り り の も り り の も り り の も り り の も り り ん り り ん り り ん り ん り り ん り ん り ん り
夕食	11風サラダ(大根・	かまぼこ 天かす ほうれんそう ねぎ 食塩 砂糖 しょしの素 本みりん 酒 同プ で で の で で の で の で の で の を の を の を の を の
夕食	11風サラダ(大根・	天かす ほうれんそう ねぎ 食塩 砂糖 しょいの素 本みりん 酒 編プロッコリー みそ 砂糖 本みりん ゆず
夕食	11風サラダ(大根・	ほうれんそう ねぎ 食塩糖 しょうゆ だしの素 本みりん 酒 網コロッコリー みそ 砂糖りん ゆず
夕食	11風サラダ(大根・	ねぎ 食塩糖 しょうゆ だしのりん 酒 ゴロッコリー みそ 砂糖りん ゆず
夕食	11風サラダ(大根・	食塩 砂糖 レだしの素 本みりん 酒 ゴロコリー みそ 砂糖 本みりん ゆず
夕食	11風サラダ(大根・	砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん 酒 絹ごし豆腐 ブロッコリー みそ 砂糖 本みりん ゆず
夕食	11風サラダ(大根・	しょうゆ だしの素 本みりん 酒 絹ごし豆腐 ブロッコリー みそ 砂糖 りん ゆず
夕食	11風サラダ(大根・	だしの素 本みりん 酒 絹ごし豆腐 ブロッコリー みそ 砂糖 本みりん ゆず
夕食	11風サラダ(大根・	本みりん 酒 絹ごし豆腐 ブロッコリー みそ 砂糖 本みりん ゆず
夕食	11風サラダ(大根・	酒 絹ごし豆腐 ブロッコリー みそ 砂糖 本みりん ゆず
夕食	11風サラダ(大根・	絹ごし豆腐 ブロッコリー みそ 砂糖 本みりん ゆず
夕食	11風サラダ(大根・	ブロッコリー みそ 砂糖 本みりん ゆず
<u>y</u>		ブロッコリー みそ 砂糖 本みりん ゆず
<u>夕</u> 食 8		みそ 砂糖 本みりん ゆず
<u>y</u>		砂糖 本みりん ゆず
<u>y</u>		本みりん ゆず
<u>y</u>		ゆず
<u>y</u>		
<u>夕</u> 食 8		1.40
夕食		
		大根 人参
		かいわれだいこん
		ツナフレーク
		糸かつお
		食塩
		こしょう
		マヨネーズ
		しょうゆ
,	あんかけカニチャー	
,	いン	米
		たまねぎ
		ピーマン
		人参
		鶏卵
		ごま油
		食塩
		こしょう コンソメ
L		
L		しょうゆ
L		かに
 		鳥がらスープ
L		コンソメ
L		しょうゆ
 		片栗粉
<u> </u>	小飾句	紅生姜
<u>'</u>	小籠包	小飾句
 		小籠包 サラダ菜
 		プラッ米 プチトマト
 -	フルーツ(りんご・	× / 1 3 1°
	プルーラ (りんこ・ ナレンジ)	りんご
l F	/	オレンジ
	さつま芋スープ	
ľ		さつまいも
 		たまねぎ
 		牛乳
F		コンソメ
1 F		コンノケ
∟ r		食塩

2018/01/24(7k)

	01/24(水)	
	パン食	
		クリームパン
	アスパラとベーコン	-
I	のソテー	グリーンアスパラ
		ベーコン
		黄ピーマン
		食塩
		こしょう
		サラダ油
	牛乳	
		牛乳
昼食	米飯	
		米
	ポパイオムレツ	
		鶏卵
		じゃがいも
		ほうれんそう
		ロースハム
		サラダ油
		トマトケチャップ
		トンカツソース
		いんげん
		人参
		食塩
		こしょう
		おろしにんにく
		オリーブ油
	そぼろいため	カラ フ油
	(18.50.720)	なす
		合挽ミンチ
		グリンピース
		砂糖
I		
		しょうゆ
		おろししょうが
	みそ汁(しめじ・き	サラダ油
	みそ汁 (しめし・さ ぬさや)	1 W I.
	84 C (9)	しめじ
		キヌサヤ みそ
		かて だしの素
7.0	\/ &⊏	たしの糸
夕食	米飯	N/
	白身魚のハニ―マス	米
	日才思のハーーマス	<i>+</i> >++#
	タードかば焼	なまず
		小麦粉
		はちみつ
		粒入りマスタード
		しょうゆ
		はくさい
		人参
		しょうゆ
		本みりん
	The continu	
	酢の物	セルニリ
	酢の物	きゅうり
	酢の物	人参
	酢の物	人参 かに風味かまぼこ
	酢の物	人参 かに風味かまぼこ 穀物酢
	酢の物	人参 かに風味かまぼこ 穀物酢 砂糖
		人参 かに風味かまぼこ 穀物酢
	酢の物	人参 かに風味かまぼこ 穀物酢 砂糖 しょうゆ
		人参 かに風味かまぼこ 穀物酢 砂糖 しょうゆ そうめん
		人参 かに風味かまぼこ 穀物酢 砂糖 しょうゆ そうめん きざみ揚げ
		人参 かに風味かまぼこ 穀物酢 砂糖 しょうゆ そうめん きざみ揚げ みつば
		人参 かに風味かまぼこ 穀物酢 砂糖 しょうゆ そうめん そうめん きざみ揚げ みつば 食塩
		人参 かに風味かまぼこ 穀物酢 砂糖 しょうゆ そうざみ揚げ みりば もなり しょうゆ
		人参 かに風味かまぼこ 穀物酢 砂糖 しょうゆ そうめん きざみ揚げ みつば 食しょうゆ 本みりん
		人参 かに風味かまぼこ 穀物酢 砂糖 しょうゆ そうざみ揚げ みりば もなり しょうゆ

	01/25(木)	1
朝食	木助	米
	しろなとふの煮浸し	1 7 +>
		しろな ふ
		人参
		砂糖 しょうゆ
		本みりん
	みそ汁(厚揚げ)	だしの素
	· / (/- (/-191/)	絹厚揚げ
		人参 みそ
		だしの素
	ふりかけ	のりたまふりかけ
昼食	米飯	のりたまふりかけ
	鯖のみぞれ煮	米
	副1000万円 でする点	さば
		大根おろし
		だしの素 砂糖
		しょうゆ
		<u>酒</u> 本みりん
		ーロがんも
		さといも
		砂糖 しょうゆ
		本みりん
	卯の花	だしの素
	91.03.15	おから
		むきえび
		人参 いんげん
		砂糖
	すまし汁 (あさり)	しょうゆ
	9 4 6/1 (0) 6 9/	あさり
		手まりふ
		みつば 食塩
		しょうゆ
		本みりん だしの素
夕食	おにぎり(なめし)	
		米 菜めしの素
	ペア焼き	来のしの糸
		豚バラスライス
		いか キャベツ
		ねぎ
		長いもとろろ 天かす
		粉かつお
		小麦粉
		鶏卵 牛乳
		サラダ油
		トンカツソース 本みりん
		青のり
		紅生姜 中華めん
		円 単めん 豚ももスライス
		むきえび
		たまねぎ キャベツ
		人参
		食塩 こしょ う
		ウスターソース
	フルーツポンチ	
		パイン缶 白桃缶
		みかん缶
	みそ汁(えのき)	キウイフルーツ
	<u>∞r*(ハ (んりき)</u>	えのき
		春菊
		みそ だしの素
		たしいボ

+0.0	01/26(金)	
朝筤	パン食	A
		食パン いちごジャム
	チンゲン菜と卵の炒	いちこンヤム
	か物	チンゲン菜
	Q 7 193	テンケン来 たまねぎ
		鶏卵
		類別 サラダ油
		食塩
		こしょう
	_ I. 4.50	しょうゆ
	コーヒー牛乳	コーヒー牛乳
	1/ AE	コーヒー牛乳
昼食	米飯	N/
	NT M7 VD VV	米
	豚肉の野沢菜巻きフ	TT / -
	ライ	豚ももスライス
		人参
		のざわな漬
		小麦粉
		鶏卵
		パン粉
		白絞油
		ウスターソース
		サラダ菜
		キャベツ
		ノンオイル青じそド
		レッシング
		トマト
	柚子風味煮(かぶ)	
		かぶ
		ゆず
		生ふ
		砂糖
		しょうゆ
	みそ汁(はくさい)	0.01.7.7
	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	はくさい
		人参
		ねぎ
		みそ
		だしの素
	米飯	72 0 0 7 512
夕食		
夕食	71.00	丘庫米
夕食		兵庫米
夕食	鮭のピリ辛バター焼	
夕食		鮭
夕食		<u>鮭</u> 酒
夕食		鮭 酒 本みりん
<u>夕食</u>		鮭 酒 本みりん しょうゆ
<u>夕食</u>		鮭 酒 本みりん しょうゆ コチュジャン
夕食		鮭 酒 本みりん しょうゆ コチュジャン 無塩パター
夕食		鮭 酒 本みりん しょうゆ コチュジャン 無塩パター 小松菜
夕食		鮭 本みりん しょうゆ コチュジャン 無塩パダー 小松菜 かまぼこ
夕食		鮭 酒本みりん しょうゆ コチュジャン 無塩パター 小松菜 かまぼこ わさび
夕食		鮭 酒 本みりん しょうゆ コチュジャン 無塩バター 小松葉 かむぎご しょうゆ
夕食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒 本みりん しょうゆ コチュジャン 無塩バター 小松菜 かおまぼこ わさび
夕食		鮭 酒 本みりん しょうゆ コチュジャン 無塩バター 小松菜 かまぼこ わさび しょうり 本みりん
夕食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒 本みりん しょうゆ コチュジャン 無塩な かとまびター かな葉 しょうりん 本みりん
夕食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒 本みりん しょうゆ コチュジャン 無塩ズター 小松末ぼこ わさび しょうゆ 本みりん 木綿豆腐 むきえび
夕食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒 しょうゆ コチュジャン 無塩なマー 小かまさび しょうゆ 本みりん 木綿豆豆び たまねぎ
夕食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 本みりん しょうゆ コチュジャン 無塩パター かおまぼこ わさごうゆ よみりりん 本みりん 木綿豆腐 たきまお
夕食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒本みりん しょうゆ コチュヴャー 無塩な かおまでする わささずり しょみ しょみ しょみ しょみ しょみ しょみ しょみ たきさび たまが たまるで たまが たまるで たまが たまるで たまるで たまるで たまるで たまるで たまるで たまるで たまるで
<u>夕食</u>	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒本みりん しょうりや コチュパター 小かまび しょうりん しょうりん 本みり 直高び もささらりん 本みり 高高で たま参 げん サラダ油
<u>夕食</u>	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒 本みりん しょうジャン 無塩パター 小かまで しょうりん 大きさで しょみり しょみり をきまれる たまな たまな たまな たまな たまな たまな たまな たまな たまな たまな
<u>夕</u> 食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒本みりん しょうゆ コチュバター かかまごびやン 無塩松葉こ わさごりしょみり をきまりり をきまわりの がきまないがある。 からでする。 からでする。 からでする。 からでする。 かんげん サラ糖 しょうゆ しょうりのようである。 サラ糖 しょうがある。 サラ糖
<u>夕</u> 食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒 本みりん しょうジャン 無塩パター 小かまで しょうりん 大きさで しょみり しょみり をきまれる たまな たまな たまな たまな たまな たまな たまな たまな たまな たまな
夕食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒本みりん しまりの カラウッジャー 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一
夕食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒 本みりん しょチュパター 小なラジャン 無塩な子 小なまざび しょみりん 本綿きまび たまらりりん 本綿きまる いりが かけが はしい がある たまが がっ たがが たが たが たが たが たが たが たが たが たが たが たが たが
夕食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒本みりん しまりの カラウッジャー 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一
夕食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒本みりん しょうゆ コチュバター 小かますごり かとまずり しょうりの 豆豆で たまずりの を表えれば たまずりの でしますが からりん 本みの はでする はでする はでする はでする はでする はでする はでする はでする
夕食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒本みりん しょチュパター 小かきュュパター 小かささうりん 本本辞言でいた。 しまみり 豆まを ががずまり、 では、 からさまを ががずまない。 はいまない。 はいまない。 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、
夕食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒本みりん しょチュパター 小かきュュパター 小かささうりん 本本辞言でいた。 しまみり 豆まを ががずまり、 では、 からさまを ががずまない。 はいまない。 はいまない。 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、
夕食	鮭のピリ辛バタ一焼	鮭 酒本みりん しょうゆ コチュバター 小かますごり かとまずり しょうりの 豆豆で たまずりの を表えれば たまずりの でしますが からりん 本みの はでする はでする はでする はでする はでする はでする はでする はでする

2018/01/27(土)

期艮	01/27(±)	
	パン食	
	キャベツとウイン	焼きカレーパン
	ナーのスープ煮	キャベツ
	ナーのスーフ点	たまねぎ
		ポークウインナー
		グリンピース
		サラダ油
		食塩
		こしょう
		コンソメ
		しょうゆ
	ジュース	
		りんごジュース
昼食	小柱の炊き込みご飯	
		米
		小柱
		ささがきごぼう
		たけのこ
		人参
		きざみ揚げ
		むきえだまめ
		きざみのり
		だしの素
		食塩
		しょうゆ
	絵のちはさ	酒
	鯵の塩焼き	七 Ⅰ *
		あじ
		食塩はじかみ
		大根おろし
		しょうゆ
	ハムエッグ甘酢あん	C 2 719
	かけ	鶏卵
	73 17	ロースハム
		サラダ油
		たまねぎ
		赤ピーマン
		黄ピーマン
		砂糖
		穀物酢
		しょうゆ
		片栗粉
	みそ汁(じゃがい	
		じゃがいも
		グリーンアスパラ
		みそ
		だしの素
- A		
夕食	米飯	1/
夕食		米
夕食	米飯 煮込みハンバーグ	
夕食		合挽ミンチ
夕食		合挽ミンチ たまねぎ
夕食		合挽ミンチ たまねぎ パン粉
夕食		合挽ミンチ たまねぎ パン粉 牛乳
夕食		合挽ミンチ たまねぎ パン粉
夕食		合挽ミンチ たまねぎ パン粉 牛乳 鶏卵
夕食		合挽ミンチ たまねぎ パン粉 牛乳卵 コンソメ
夕食		合挽ミンチ たまねぎ パン粉 牛乳 鶏卵 コンソメ トマトケチャップ 砂糖 しょうゆ
夕食		合挽ミンチ たまねぎ パン粉 牛乳 鶏卵 コンソメ トマトケチャップ 砂糖
夕食		合挽ミンチ たまねぎ パキ乳 弾 コンソメ トマトケチャップ 砂糖 しゴロッコリー 食塩
夕食		合挽ミンチ たまねぎ パン粉 牛乳 鶏卵 コンソメ トマトケチャップ 砂糖 しょうゆ ブロッコリー 食塩 ホワイトアスパラ
夕食		合挽ミンチ たまねぎ パン分 牛乳 鶏卵 コンマトケチャップ 砂糖 しょうゆ ブロッコリー 食塩 ホワイトアスパラ
夕食		合挽ミンチ たまねぎ パン粉 牛乳 鶏卵 コンソメ トマトケチャップ 砂糖 しょうゆ ブロッコリー 食塩 ホワムトアスパラ しょう
夕食	煮込みハンパーグ	合挽ミンチ たまねぎ パン分 牛乳 鶏卵 コンマトケチャップ 砂糖 しょうゆ ブロッコリー 食塩 ホワイトアスパラ
夕食		合挽ミンチ たまねぎ パン粉 牛乳 鶏卵 コマトケチャップ 砂糖 しょうゆ ブ塩 ホワイトアスパラ 食塩 こしょブ油
夕食	煮込みハンパーグ	合挽ミンチ たまねぎ パン粉 牛乳 鶏卵 コンマトケチャップ 砂糖 しょうゆ ブロ塩 ホワイトアスパラ 食塩 こしょう オリーブ油
夕食	煮込みハンパーグ	合挽ミンチ たまねぎ パン粉 牛乳 鶏卵 コンマトケチャップ 砂糖 しょうゆ ブロッコリー 食塩 ホワイトアスパラ 食塩 こしょう オリーブ油 はくさい 人参
夕食	煮込みハンパーグ	合挽ミンチ たまねぎ パン粉 牛乳 鶏卵 コンソメトマキャップ 砂糖 しょうゆ ブロッコリー 食塩 ホ食塩 こしょう オリーブは はくさい 人参 みつば
夕食	煮込みハンパーグ	合挽ミンチ たまねが 件乳 鶏卵 コマトケチャップ 砂糖 しょコマトケ で塩 しょつり 食塩 こよっプ はくき みのば しよっプ はく かのば しょう はく かので はく かので はく かので はく かので はく かので はく ない という といっ という という という という という という という という という という
夕食	煮込みハンパーグ	合挽ミンチ たまねぎ パン野 牛乳 鶏卵 コンマトケチャップ 砂糖 しょうゆ ブロ塩 ホワイトアスパラ 食塩しょーブ はしょう オリー くさい 人参 みの世 しょうゆ
夕食	煮込みハンバーグ	合挽ミンチ たまね粉 牛乳 鶏卵 コマトケ 砂糖 しょコマトケ 砂糖 しょコリー 食塩 こよープ は、ラブ油 はくき のよう は、カラブ油 は、カラブは は、カラで は、カラブは は、カラブは は、カラブは は、カラで は り、カラで は り、カラで は り、カラで は り は り は り は り は り は り は り は り は り は
夕食	煮込みハンパーグ	合挽ミンチ たまね粉 牛乳 鶏卵 コンマトケギャップ しょうゆ ブロ塩ワイトアスパラ 食塩リイトアスパラ 食 しょう オリー は、ラ オリー は、ラ オリー は、ラ オリー は、ラ オリー は、カ は、カ は、カ は、カ は、カ は、カ は、カ は、カ は、カ は、カ
夕食	煮込みハンバーグ	合挽ミンチ たまねぎ パン野 牛乳 鶏卵 コンマトケチャップ 砂糖 しょうゆ ブロ塩 ホワイトアスパラ 食塩しょーブ はしょう オリー くさい 人参 みの世 しょうゆ
夕食	煮込みハンバーグ	合挽ミンチ たまねが 牛乳 乳コンマト 砂糖 しょうゆ ブウ塩 ホワロリー 食はしょう はしょう オリー くるを みつモン しょうゆ はちが はもうが はもうが はもうが はもうが はもり はもうが はもり はもり はもり はもり はもり はもり はもり はもり はもり はもり
夕食	煮込みハンバーグ	合挽ミンチ たまねが 牛乳 乳コンマトケチャップ 砂糖 しょうゆコリー 食木ワロ塩 木ワロ塩 大フロ塩 大フリケチャップ 砂糖 しょうか は、うか は、うか は、うか は、うか は、うか は、りか は、うか は、りか は、うか は、りか は、うか は、うか は、うか は、うか は、うか は、うか は、うか は、う
夕食	煮込みハンバーグ	合挽ミンチ たまねが 牛乳 乳コンマト 砂糖 しょうゆ ブウ塩 ホワロリー 食はしょう はしょう オリー くるを みつモン しょうゆ はちが はもうが はもうが はもうが はもうが はもり はもうが はもり はもり はもり はもり はもり はもり はもり はもり はもり はもり
夕食	煮込みハンバーグ	合挽ミンチ たまね粉 牛乳 鶏卵 コンマト 神 シンマト ・ で ・ で ・ で ・ で ・ で ・ で ・ で ・ で ・ で ・ で

2018/0	01/28(日)	
朝食	ホットケーキ	ホットケーキミック
		鶏卵
		牛乳
		無塩バター
		ホイップクリーム メープルシロップ
		びわ缶
		白桃缶
	_ /* /	ラズベリー
	ヨーグルト	ヨーグルト
	紅茶	7701
		紅茶
	N/ &F	グラニュー糖
昼食	米飯	 米
	鶏の明太マヨネ―ズ	
	焼き	鶏もも肉
		酒
		本みりん しょうゆ
		小麦粉
		マヨネーズ
		からしめんたいこ パセリ
		緑豆もやし
		ピーマン
		食塩
		<u>こしょう</u> オリーブ油
		なす
		無塩バター
		食塩
		<u>こしょう</u> カレー粉
	里芋とかまぼこの煮	ガレー 柳
	つけ	さといも
		かまぼこ
		いんげん 砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		本みりん
	すまし汁(湯葉・生 ふ)	生ふ
		湯葉
		食塩
		しょうゆ 本みりん
		だしの素
夕食	中華風あんかけそば	
		中華めん
		ごま油 豚バラスライス
		むきえび
		チンゲン菜
		はくさい 人参
		たまねぎ
		かに風味かまぼこ
		キヌサヤ
		うずら卵 ごま油
		シャンタン
		コンソメ
		しょうゆ 片栗粉
	いか焼売	/1 本切
		いか焼売
		しろな
		ポン酢
	口匚工阀	杏仁豆腐
		マンゴー缶
	中華きのこスープ	±1,1-1+
		まいたけ しいたけ
		コーン
		鳥がらスープ
		コンソメ
		しょうゆ

	2018/01/29(月)		
朝食	パン食		
		食パン	
		りんごジャム	
	オムレツのミート		
	ソースがけ	ミートオムレツ	
	,	ミートソース	
		粉チーズ	
	牛乳	100 7 7	
	T #10	牛乳	
日本	시/ &C	一孔	
昼食	米飯	N	
	- 白色の主如はま	*	
	白身魚の南部焼き	1.5	
		ホキ	
		酒	
		本みりん	
		しょうゆ	
		黒ごま	
		チンゲン菜	
		かに風味かまぼこ	
		しょうゆ	
		本みりん	
		わさび	
	そぼろあんかけ	,, , , ,	
	(12 3 0) 7 0 7 17	かぼちゃ	
		とりミンチ	
		砂糖	
		しょうゆ	
		だしの素	
		片栗粉	
		グリンピース	
	みそ汁(たけのこ)		
		たけのこ	
		ベーコン	
		みそ	
		だしの素	
夕食	米飯		
		米	
	豚肉のアップルソー		
	スかけ	豚ロース肉	
		食塩	
		こしょう	
		りんご	
		砂糖	
I			
		レモン	
		レモン 片栗粉	
		レモン 片栗粉 グリーンアスパラ	
		レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン	
		レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン 食塩	
		レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン 食塩 こしょう	
		レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン 食塩 こしょう	
		レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン 食塩しょう カレー粉 オリーブ油	
		レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン 食塩 こしょう	
	胡麻和え(胡瓜)	レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン 食塩 こしょう カレー粉 オリーブ油 ブチトマト	
	胡麻和え(胡瓜)	レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン 食塩しょう カレー粉 オリーブ油	
	胡麻和え(胡瓜)	レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン 食塩 こしょう カレー粉 オリーブ油 ブチトマト	
	胡麻和え(胡瓜)	レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン 食塩 こしょう カレリーブマト きゆう り 人物輪	
	胡麻和え(胡瓜)	レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン 食塩 こしょう カレリーブマト きゆう り 人物輪	
	胡麻和え(胡瓜)	レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン 食塩しょう カレリーブット マショウ カップラー きゅうり 人参参 竹白ごま	
	胡麻和え(胡瓜)	レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤食塩 こしょう カレーガッ オリチト うり きゆ参 竹白ごょう り 竹白ごょう ししょう	
		レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン 食塩しょう カレリーブット マショウ カップラー きゅうり 人参参 竹白ごま	
	コンソメスープ(ほ	レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーマン 食塩 こしょー粉 ブリート ブリート きゅう 竹白 じょみり 竹白 じょみりん	
		レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤ピーシー 食塩 こしょうり カレー・ブマト きゅうり 人物輪 白しょうり 大物輪 にようり はまうり はまうり 大が はまうり はまうり はまうり はまうり はまっちり はまり はまり はまり はまり はまり はまり はまり はま	
	コンソメスープ(ほ	レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤は こしょう カレーブット きゆう も きゆき も しょう カリー・マン きゅうり 大参輪 でしょうり 大きゅうり 大きゅうり 大きゅうり 大きゅうりん にしょみりん にうるれん そうれん そうれん そうれん そうれん そうれん にしまる。	
	コンソメスープ(ほ	レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤食塩 こしょう カレー粉 オリーンマン もしょう カレーガマト きゅき も 竹白しょう り 大きゅう も にようりり 大きゅう も にようりり たっしい たっしい たっしい たっしい たっしい たっしい たっしい たっしい	
	コンソメスープ(ほ	レモン 片栗粉 グリーンアスパラ 赤は こしょう カレーブット きゆう も きゆき も しょう カリー・マン きゅうり 大参輪 でしょうり 大きゅうり 大きゅうり 大きゅうり 大きゅうりん にしょみりん にうるれん そうれん そうれん そうれん そうれん そうれん にしまる。	

2018/01/30(火)

+ ^	31/00 (X/	1
朝食	^{01/30(火)} パン食	
		食パン バターブレンド
		バターブレンド
	きのことウインナー	
	のソテー	きのこミックス
	· * *	ポークウインナー
		食塩
		–
		こしょう
	N. b. = 1* · ·	しょうゆ
	飲むヨーグルト	
		飲むヨーグルト
昼食	米飯	
		米
	鶏のから揚げ野沢菜	
	ソースかけ	鶏もも肉
		酒
		おろししょうが
		本みりん
		鶏卵
		片栗粉 白絞油
		ロ秋油
		のざわな漬
		おろししょうが
		砂糖
		しょうゆ ごま油
		ごま油
		片栗粉
		キャベツ
		ノンオイル和風ド
		レッシング
		人参
		砂糖
		無塩バター
	抽て 禾和 き	無塩バター
	柚子香和え	はノナい
		はくさい
		人参
		みつば
		ゆず
		しょうゆ
		本みりん
	もやしスープ	
		緑豆もやし
		ねぎ
l		鳥がらスープ
		コンソメ
		しょうゆ
夕食	米飯	
		*
	鮭の味噌ホイル焼き	-1-
	ミングで ロンスカー	鮭
		食塩
		長温 しろな
l		揚げなす
l		しめじ
l		人参
		無塩バター
		みそ
		砂糖
		本みりん
	大根と厚揚げの煮物	
		大根
		絹厚揚げ
		砂糖
		しょうゆ
l		だしの素
l		グリンピース
l	かきエル	7 7 7 L -A
	かき玉汁	주ፅ 다다 -
		鶏卵
		ふ
		みつば
		食塩
		しょうゆ
		本みりん
		だしの素
l		
		1 - 1 - 1 - 10 -
		片栗粉

2018/0	01/31(水)	
朝食	パン食	
	フルーツ (りんご)	ホワイトミルク
	JN-J (970C)	りんご
	牛乳	•
		牛乳
昼食	カレーうどん	5 E/
		うどん 牛かたローススライ
		たまねぎ
		きざみ揚げ
		しめじ
		だしの素
		しょうゆ 白ねぎ
		カレールウ カレー粉
		だしの素
		食塩
		砂糖
		しょうゆ 本みりん
		酒
	白菜とシーチキンの	
	煮物	はくさい
		ツナフレーク
		人参 キヌサヤ
		イメリヤ 砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		本みりん
	ブロッコリーのサラ	
		ブロッコリー 人参
		スター 鶏卵
		食塩
		ブラックペッパー
		マヨネーズ
	ゼリー	粒入りマスタード
	Ŀ ·) —	オレンジゼリー
夕食	米飯	
		米
	ロールポーク	
		<u>豚ももスライス</u> 人参
		しゃがいも
		いんげん
		コンソメ
		トマトケチャップ
		<u>砂糖</u> しょうゆ
		サラダ菜
		カリフラワー
		穀物酢
		砂糖
	1°11 11 14 1 / 1 1 1	トマト
	トーナルかしエンケ	
	ピリ辛炒め(チンゲ ン菜)	 チンゲン菜
	ヒリ辛炒め(チンケ ン菜) 	 チンゲン菜 むきえび
		むきえび 人参
		むきえび 人参 砂糖
		むきえび 人参 砂糖 しょうゆ
		むきえび 人参 砂糖 しょうゆ ごま油
	ン菜)	むきえび 人参 砂糖 しょうゆ
		むきえび 人参 砂糖 しょうゆ ごま油 トウバンジャン なす
	ン菜)	むきえび 人参 砂糖 しょうゆ ごま油 トウバンジャン なす きざみ揚げ
	ン菜)	むきえび 人参 砂糖 しょうゆ ごま油 トウバンジャン なす きざみ揚げ ねぎ
	ン菜)	むきえび 人参 砂糖 しょうゆ ごま油 トウバンジャン なす きざみ揚げ