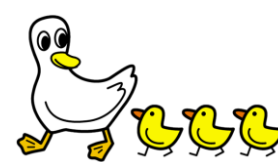
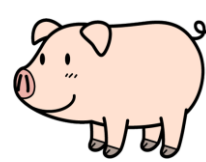


トワイエ週間献立表



	1月16日	1月17日	1月18日	1月19日	1月20日	1月21日	1月22日
	日	月	火	水	木	金	土
朝食	▼カフェオレクリームパン ▼マカロニとベーコンのサラダ ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼大根と厚揚げの炒り煮 ▼味噌汁 具)はくさい/ぶなしめじ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼食パン ▼アスパラのスープ煮 ▼フルーツ ▼牛乳 ▼ヨーグルト 	▼ご飯 ▼小松菜と鶏肉のごま炒め ▼味噌汁 具)厚揚げ/わかめ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼メロンパン ▼ほうれん草のかに風味サラダ ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼茄子のそぼろ炒め ▼味噌汁 具)もやし/青ねぎ ▼フルーツ ▼ジョア	▼食パン ▼ピーマンのカラフルソテー ▼フルーツ ▼牛乳 
昼食	▼ご飯 ▼カレイの生姜煮 ▼添え ▼長芋の磯和え ▼卵とほうれん草のソテー ▼味噌汁 具)絹ごし豆腐/青ねぎ	▼ご飯 ▼チキンソテーのトマトソース ▼添え ▼ポテトサラダ ▼茄子の煮物 ▼スープ 具)コーン/玉ねぎ	▼ご飯 ▼鍋 ▼鍋だし 	▼(郷土料理～愛知県) ▼ご飯 ▼味噌カツ ▼添え ▼大根の酢の物 ▼卵豆腐の銀あんかけ ▼すまし汁 具)花麴/青ねぎ	▼ご飯 ▼鶏肉のスタミナ焼き ▼添え ▼白菜のサラダ ▼南瓜の含め煮 ▼卵スープ 具)鶏卵/青ねぎ	▼ご飯 ▼ブリの照り焼き ▼添え ▼ニラのソテー ▼オクラのおかか和え ▼味噌汁 具)玉ねぎ/えのきたけ	▼(カレーの日) ▼ビーフカレーライス ▼福神漬け ▼キャベツと大豆のサラダ ▼フルーツ
夕食	▼ご飯 ▼八宝菜 ▼高野の含め煮 ▼味噌汁 具)水菜/油揚げ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼シーフードフライ ▼添え ▼小松菜の煮浸し ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼デミグラスソースハンバーグ ▼添え ▼青梗菜とツナのサラダ ▼味噌汁 具)かぼちゃ/青ねぎ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼あじのマヨネーズ焼き ▼添え ▼リヨネーズポテト ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼鱈のレモン蒸し ▼添え ▼ひじきと厚揚げの炒り煮 ▼味噌汁 具)大根/貝割れ大根 ▼フルーツ	▼ご飯 ▼揚げ豆腐の野菜あんかけ ▼切り干し大根とササミのサラダ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼赤魚のごま焼き ▼添え ▼菜の花の辛子和え ▼味噌汁 具)小松菜/油揚げ