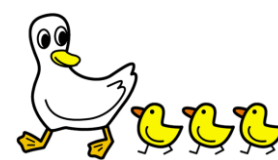
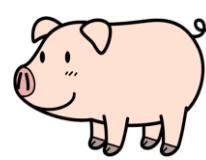
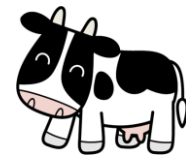
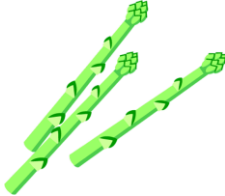




トワイエ週間献立表



	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日	3月24日	3月25日	3月26日
	日	月	火	水	木	金	土
朝食	▼黒糖みるく ▼ブロッコリーとハムのサラダ ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼鶏肉とアスパラの甘辛煮 ▼味噌汁 具)大根/貝割れ大根 ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼食パン ▼青梗菜とウインナーのコンソメ煮 ▼フルーツ ▼牛乳 ▼ヨーグルト	▼ご飯 ▼豚肉とピーマンのごま炒め ▼味噌汁 具)もやし/青ねぎ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼チョコカスター ▼アスパラのソテー ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼平天と大根の炒り煮 ▼味噌汁 具)はくさい/わかめ ▼フルーツ ▼ジョア	▼食パン ▼白菜のかに風味サラダ ▼フルーツ ▼牛乳 
昼食	▼ご飯 ▼赤魚のみぞれ煮 ▼添え ▼胡瓜とササミの酢の物 ▼里芋の土佐煮 ▼味噌汁 具)ほうれんそう/えのきだけ	▼(春分の日) ▼ご飯 ▼春のミモザ風ミンチカツ ▼添え ▼さつま芋の含め煮 ▼ひじきのサラダ ▼味噌汁 具)絹ごし豆腐/青ねぎ	▼ご飯 ▼四川豆腐 ▼菜の花のさっぱり和え ▼大根の金平 ▼スープ 具)わかめ/玉ねぎ	▼ゆかりご飯 ▼きつねうどん ▼ポパイソテー ▼ごぼうのサラダ 	▼ご飯 ▼アジのマヨネーズ焼き ▼添え ▼茄子の煮付け ▼青梗菜のおかか和え ▼味噌汁 具)厚揚げ/青ねぎ	▼ご飯 ▼ブリの煮付け ▼添え ▼インゲンとツナのサラダ ▼がんも煮 ▼すまし汁 具)鶏卵/みつば	▼ご飯 ▼お好み焼き ▼オクラの和え物 ▼冬瓜の煮物 ▼味噌汁 具)チンゲンサイ/ぶなしめじ
夕食	▼ハヤシライス ▼キャベツと大豆のサラダ ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼鯖の照り焼き ▼添え ▼水菜と厚揚げの煮浸し ▼フルーツ	▼ご飯 ▼タラのピカタ ▼添え ▼白菜のゴマ和え ▼味噌汁 具)かぼちゃ/ぶなしめじ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼鶏肉のねぎ味噌焼き ▼添え ▼卵サラダ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼和風おろしハンバーグ ▼添え ▼マカロニと野菜のサラダ ▼スープ 具)コーン/玉ねぎ/パセリ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼鶏天の甘酢あんかけ ▼もやしの生姜醤油和え ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼鯖のカレー風味焼き ▼添え ▼小松菜の炒め煮 ▼味噌汁 具)さつまいも/青ねぎ ▼フルーツ