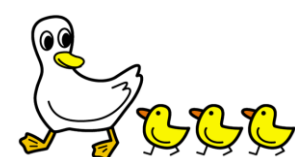
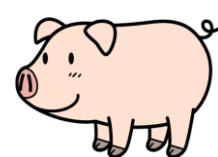
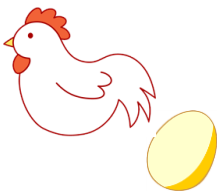
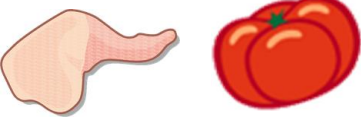
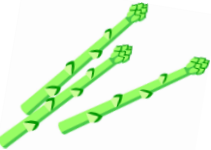




トワイエ週間献立表



	9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日	9月30日	10月1日
	日	月	火	水	木	金	土
朝食	▼ホワイティ ▼スクランブルエッグ ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼インゲンとひき肉の炒り煮 ▼味噌汁 具)水菜/油揚げ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼食パン ▼キャベツとウインナーのソテー ▼フルーツ ▼牛乳 ▼ヨーグルト 	▼ご飯 ▼筑前煮 ▼味噌汁 具)もやし/青ねぎ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼はちみつパン ▼マカロニのソテー ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼豚肉と野菜のきんぴら ▼味噌汁 具)厚揚げ/わかめ ▼フルーツ ▼ジョア	▼食パン ▼ブロッコリーのコンソメ煮 ▼フルーツ ▼牛乳 
昼食	▼ご飯 ▼和風おろしハンバーグ ▼添え ▼ひじきと大豆の炒り煮 ▼菜の花の辛子和え ▼味噌汁 具)はくさい/青ねぎ	▼ご飯 ▼肉じゃが ▼卵サラダ ▼青梗菜のツナ炒め ▼味噌汁 具)大根/貝割れ大根 	▼ご飯 ▼鯖の照り焼き ▼添え ▼パプリカのピクルス風 ▼冬瓜の煮物 ▼味噌汁 具)小松菜/えのきたけ	▼ご飯 ▼アジフライ ▼添え ▼ほうれん草のサラダ ▼焼き豆腐の田楽 ▼すまし汁 具)鶏卵/みつば 	▼ご飯 ▼鮭ときのこの焼き浸し ▼添え ▼茄子の甘辛煮 ▼青梗菜のさっぱり和え ▼味噌汁 具)絹ごし豆腐/青ねぎ	▼ご飯 ▼ひき肉のふくさ焼き ▼白菜の塩昆布和え ▼がんも煮 ▼味噌汁 具)チンゲンサイ/ぶなしめじ 	▼ご飯 ▼タラの漬け焼き ▼添え ▼胡瓜とコーンのサラダ ▼南瓜の煮付け ▼味噌汁 具)ほうれんそう/油揚げ 
夕食	▼ご飯 ▼かれいの梅煮 ▼添え ▼春雨の酢の物 ▼味噌汁 具)はくさい/青ねぎ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼赤魚のカレー天ぷら ▼添え ▼白菜の煮浸し ▼フルーツ	▼ご飯 ▼鶏肉のトマト煮 ▼ごぼうのサラダ ▼スープ 具)コーン/玉ねぎ ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼焼肉 ▼添え ▼長芋とオクラのポン酢和え ▼フルーツ 	▼チキンカレーライス ▼福神漬け ▼キャベツとツナのサラダ ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼ブリの味噌煮 ▼添え ▼アスパラとササミのサラダ ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼焼き厚揚げのきのこあんかけ ▼小松菜のおかか和え ▼味噌汁 具)さといも/青ねぎ ▼フルーツ