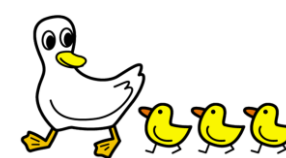
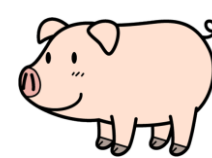
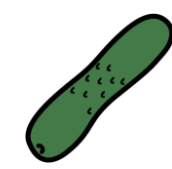
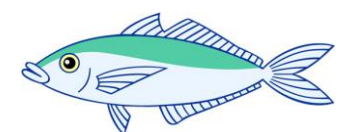


トワイエ週間献立表



	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日	12月9日	12月10日
	日	月	火	水	木	金	土
朝食	▼チョコカスター ▼もやしのかに風味和え ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼鶏肉と茄子の炒り煮 ▼味噌汁 具)玉ねぎ/油揚げ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼食パン ▼小松菜とウインナーのスープ煮 ▼フルーツ ▼牛乳 ▼ヨーグルト 	▼ご飯 ▼豚肉と水菜の炒め煮 ▼味噌汁 具)絹ごし豆腐/青ねぎ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼はちみつパン ▼ツナとインゲンのソテー ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼ひき肉とアスパラの甘辛炒め ▼味噌汁 具)もやし/青ねぎ ▼フルーツ ▼ジョア 	▼食パン ▼白菜とベーコンのサラダ ▼フルーツ ▼牛乳 
昼食	▼ご飯 ▼鶏肉の照り焼き ▼添え ▼卵とアスパラのサラダ ▼高野の含め煮 ▼味噌汁 具)はくさい/ぶなしめじ	▼ご飯 ▼鯖の味噌煮 ▼添え ▼スクランブルエッグ ▼オクラのおかか和え ▼すまし汁 具)そうめん/みつば	▼ご飯 ▼赤魚の錦糸蒸し ▼添え ▼大根のそぼろ煮 ▼白菜の辛子和え ▼味噌汁 具)さつまいも/青ねぎ 	▼ご飯 ▼チキンカツ ▼添え ▼がんも煮 ▼もやしの甘酢和え ▼味噌汁 具)大根/貝割れ大根	▼ビーフカレーライス ▼福神漬け ▼切り干し大根のサラダ ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼回鍋肉 ▼胡瓜の中華風サラダ ▼ナスと椎茸の煮物 ▼スープ 具)わかめ/玉ねぎ 	▼ご飯 ▼タラのムニエル ▼添え ▼菜の花のかに風味和え ▼冬瓜のあんかけ ▼味噌汁 具)ほうれんそう/油揚げ
夕食	▼ご飯 ▼鯖のマヨネーズ焼き ▼添え ▼小松菜のごま和え ▼味噌汁 具)かぼちゃ/青ねぎ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼ビーフシチュー ▼ほうれん草とツナのサラダ ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼焼き厚揚げのきのこあんかけ ▼インゲンとササミのサラダ ▼味噌汁 具)チンゲンサイ/焼きふ/観世ふ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼鮭のチャンチャン焼き風 ▼ポテトサラダ ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼かれいの生姜煮 ▼添え (煮汁で炊く) ▼青梗菜のポン酢和え ▼味噌汁 具)さといも/ぶなしめじ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼あじの南蛮漬け ▼添え ▼小松菜と厚揚げの煮浸し ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼牛肉の金平風 ▼マカロニのサラダ ▼すまし汁 具)鶏卵/みつば ▼フルーツ