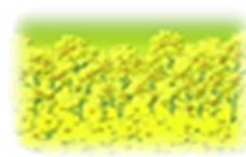
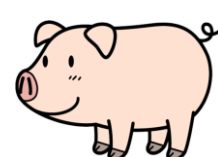
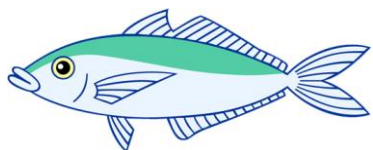




トワイエ週間献立表



	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日	3月24日	3月25日
	日	月	火	水	木	金	土
朝食	▼黒糖みるく ▼もやしのツナ和え ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼豚肉とアスパラの甘辛煮 ▼味噌汁 具)ほうれんそう/ぶなしめじ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼食パン ▼小松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 ▼鶏肉とピーマンの炒め物 ▼味噌汁 具)チンゲンサイ/油揚げ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼チョコカスター ▼ブロッコリーとハムのサラダ ▼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 ▼白菜とベーコンのサラダ ▼フルーツ ▼牛乳 
昼食	▼ご飯 ▼鮭の銀あんかけ ▼添え ▼小松菜のゴマ和え ▼ジャーマンポテト 具)大根/油揚げ 	▼ご飯 ▼四川豆腐 ▼さつま芋の含め煮 ▼卵サラダ ▼スープ 具)わかめ/玉ねぎ 	▼(春分の日) ▼ご飯 ▼春のミモザ風ミンチカツ ▼添え ▼菜の花のさっぱり和え ▼がんも煮 ▼味噌汁 具)絹ごし豆腐/青ねぎ	▼ご飯 ▼鯖のマヨネーズ焼き ▼添え ▼厚揚げと茄子の煮付け ▼もやしの生姜醤油和え ▼味噌汁 具)かぼちゃ/青ねぎ	▼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 ▼お好み焼き ▼オクラの和え物 ▼冬瓜の煮物 ▼味噌汁 具)玉ねぎ/ぶなしめじ 	▼ご飯 ▼赤魚のみぞれ煮 ▼添え ▼胡瓜とササミの酢の物 ▼南瓜の土佐煮 ▼味噌汁 具)小松菜/えのきたけ 
夕食	▼ご飯 ▼和風おろしハンバーグ ▼添え(炒め煮) ▼マカロニと野菜のサラダ ▼味噌汁 具)はくさい/青ねぎ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼鯖の煮付け ▼添え ▼青梗菜と竹輪のポン酢和え ▼すまし汁 具)花麩/みつば ▼フルーツ	▼ご飯 ▼タラのきのこ蒸し ▼添え 切り干し大根の炒り煮 ▼味噌汁 具)さといも/青ねぎ ▼フルーツ	▼ポークカレーライス ▼福神漬け ▼キャベツと大豆のサラダ ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼鶏天の甘酢あんかけ ▼白菜のじゃこ和え ▼味噌汁 具)厚揚げ/青ねぎ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼ブリの漬け焼き ▼添え ▼小松菜の炒め煮 ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼鶏肉のねぎ味噌焼き ▼添え ▼ひじきのサラダ ▼スープ 具)鶏卵/わかめ ▼フルーツ