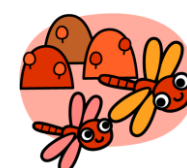
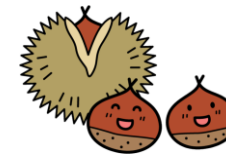
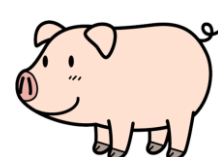
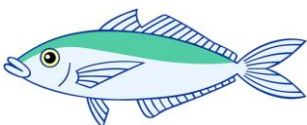
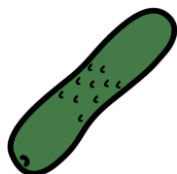


トワイエ週間献立表



	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日	12月1日	12月2日
	日	月	火	水	木	金	土
朝食	▼黒糖みるく ▼青梗菜とハムのサラダ ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼鶏肉とインゲンの甘辛煮 ▼味噌汁 具)厚揚げ/ぶなしめじ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼食パン ▼ブロッコリーのポトフ ▼フルーツ ▼牛乳 ▼ヨーグルト	▼ご飯 ▼もやしと竹輪の炒めもの ▼味噌汁 具)かぼちゃ/えのきたけ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼食パン ▼白菜とチキンのサラダ ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼豚肉とごぼうの炒り煮 ▼味噌汁 具)もやし/青ねぎ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼食パン ▼マカロニソテー ▼フルーツ ▼牛乳 
昼食	▼ご飯 ▼鯖のカレー風味焼き ▼添え ▼長芋の酢の物 ▼もやしときのこの煮浸し ▼味噌汁 具)絹ごし豆腐/青ねぎ 	▼ご飯 ▼トナリさっぱりみぞれ和え ▼添え ▼春雨サラダ ▼南瓜の土佐煮 ▼味噌汁 具)小松菜/えのきたけ 	▼ご飯 ▼鮭のピカタ ▼添え ▼里芋の煮物 ▼ほうれん草の塩昆布和え ▼味噌汁 具)玉ねぎ/油揚げ 	▼ご飯 ▼海老天と肉団子の甘酢 ▼冬瓜の旨煮 ▼菜の花のごま和え ▼味噌汁 具)はくさい/青ねぎ 	▼菜めし ▼刻みうどん ▼茄子のそぼろ炒め ▼小松菜のお浸し 	▼ご飯 ▼ブリの煮付け ▼添え ▼きぬさやの卵とじ ▼ブロッコリーのサラダ ▼味噌汁 具)さといも/油揚げ 	▼ご飯 ▼焼肉 ▼添え ▼煮奴 ▼胡瓜とツナの華風和え ▼スープ 具)コーン/青ねぎ 
夕食	▼ご飯 ▼豚肉と野菜の炒めもの ▼オクラのおかか和え ▼味噌汁 具)大根/貝割れ大根 ▼フルーツ	▼ご飯 ▼鯖のごま焼き ▼添え ▼白菜の酢味噌和え ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼鶏肉のねぎ味噌焼き ▼添え ▼大根とツナのサラダ ▼すまし汁 具)花麴/みつば ▼フルーツ	▼ご飯 ▼肉豆腐 ▼コールスローサラダ ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼ロールキャベツのクリーム煮 ▼卵サラダ ▼スープ 具)わかめ/ぶなしめじ/パセリ ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼鶏肉の磯辺揚げ ▼添え ▼小松菜のスープ煮 ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼スペイン風オムレツ ▼添え ▼ポパイサラダ ▼味噌汁 具)焼きふ/観世ふ/玉ねぎ ▼フルーツ