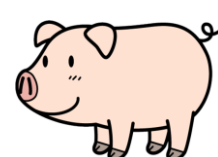
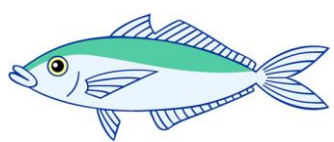
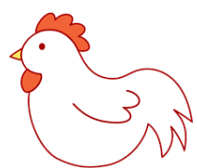


トワイエ週間献立表



	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日	12月9日
	日	月	火	水	木	金	土
朝食	▼メロンパン ▼ブロッコリーとベーコンのソテー ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼茄子と椎茸の煮物 ▼味噌汁 具) 絹ごし豆腐/青ねぎ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼食パン ▼鶏肉と大根のポトフ ▼フルーツ ▼牛乳 ▼ヨーグルト	▼ご飯 ▼ひき肉とアスパラの甘辛炒め ▼味噌汁 具) チンゲンサイ/えのきたけ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼食パン ▼キャベツとツナのソテー ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼豚肉と白菜の炒め煮 ▼味噌汁 具) 玉ねぎ/油揚げ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼食パン ▼モヤシ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) 小松菜/油揚げ 	▼ご飯 ▼鯖の味噌煮 ▼添え ▼スクランブルエッグ ▼長芋の磯和え ▼すまし汁 具) そうめん/みつば 	▼ご飯 ▼回鍋肉 ▼小松菜のナムル ▼しゅうまい ▼スープ 具) わかめ/玉ねぎ 	▼ご飯 ▼チキンカツ ▼添え ▼がんもの含め煮 ▼もやしの甘酢和え ▼味噌汁 具) 大根/貝割れ大根 	▼ご飯 ▼かれいの煮付け ▼添え (炒り煮) ▼大根と竹輪の旨煮 ▼ほうれん草の辛子和え ▼味噌汁 具) さといも/青ねぎ 	▼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 ▼タラのムニエル ▼添え ▼冬瓜のあんかけ ▼菜の花のかに風味和え ▼味噌汁 具) 焼きふ/観世ふ/わかめ 
夕食	▼ご飯 ▼赤魚のマヨネーズ焼き ▼添え ▼もやしのごま和え ▼味噌汁 具) さつまいも/青ねぎ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼ミートボールのトマト煮 ▼青梗菜とツナのサラダ ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼鯖の錦糸蒸し ▼添え ▼白菜のおかか和え ▼味噌汁 具) かぼちゃ/青ねぎ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼鮭のチャンチャン焼き風 ▼添え ▼おさつサラダ ▼フルーツ 	▼ご飯 ▼デミグラスソースハンバーグ ▼添え ▼インゲンとササミのサラダ ▼味噌汁 具) もやし/わかめ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼あじの南蛮漬け ▼添え ▼青梗菜と平天の煮浸し ▼フルーツ	▼ご飯 ▼牛肉の金平風 ▼マカロニサラダ ▼すまし汁 具) 鶏卵/みつば ▼フルーツ 