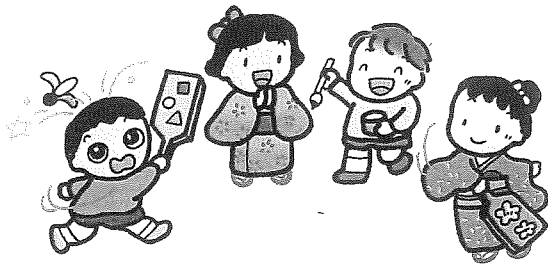


# 2018年1月ランチメニュー



12日(金)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキンカツ (鶏肉、卵、パン粉、小麦粉)</li> <li>・千切りキャベツ</li> <li>・ミニトマト</li> <li>・ハジき炒め煮 (ひじき、人参、油あげ、ニラ)</li> <li>・みそ汁(大根、油あげ)</li> <li>・ごはん</li> <li>・フルーツ</li> <li>・牛乳</li> </ul>

15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・大根と豚肉の甘煮 (大根、人参、豚肉、ニンニク)</li> <li>・玉子焼き</li> <li>・白菜のおかか和え (白菜、人参、かつおぶし)</li> <li>・みそ汁 (さつまいも、油あげ、玉ねぎ)</li> <li>・ごはん</li> <li>・フルーツ</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麻婆豆腐 (豆腐、豚ひき肉、ニンニク、しょうが)</li> <li>・中華サラダ (キャベツ、人参、きゅうり、ちくわ)</li> <li>・中華スープ (春雨、えのき、卵)</li> <li>・ごはん</li> <li>・フルーツ</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スパゲティソース (スパゲティ、ひき肉、玉ねぎ、人参、トマト)</li> <li>・キャベツと玉子のサラダ (キャベツ、玉ねぎ、人参、卵)</li> <li>・ミニトマト</li> <li>・洋風スープ (じゃが芋、人参、コーン)</li> <li>・乳酸ドリンク</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・魚フライ (魚、卵、パン粉、小麦粉)</li> <li>・千切りキャベツ</li> <li>・ミニトマト</li> <li>・さんぴらごぼう (ごぼう、人参、ニンニク、ごま)</li> <li>・みそ汁 (豆腐、わかめ、ねぎ)</li> <li>・ごはん</li> <li>・フルーツ</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・親子丼 (鶏肉、玉ねぎ、人参、卵)</li> <li>・のり塩ポテト (じゃが芋、青のり)</li> <li>・ブロッコリーごま和え (ブロッコリー、人参、ごま)</li> <li>・みそ汁 (キャベツ、油あげ、しめじ)</li> <li>・フルーツ</li> <li>・牛乳</li> </ul>
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキンピカタ、チキンカツ (鶏肉、小麦粉、卵)</li> <li>・レタス</li> <li>・千切り大根炒め煮 (切り、人参、油あげ、ちくわ)</li> <li>・みそ汁 (白菜、油あげ、えのき)</li> <li>・ごはん</li> <li>・フルーツ</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ハッシュドビーフ (牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋)</li> <li>・マカロニサラダ (マカロニ、きゅうり、人参、卵)</li> <li>・レタス</li> <li>・ミニトマト</li> <li>・洋風スープ (キャベツ、ベーコン、コーン)</li> <li>・フルーツ</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・魚青の照り煮 (鯖、しょうが)</li> <li>・じゃが芋のカレ風味炒め (じゃが芋、玉ねぎ、人参、ピマン)</li> <li>・レタス</li> <li>・みそ汁 (小松菜、油あげ、しめじ)</li> <li>・ごはん</li> <li>・乳酸ドリンク</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手づくり春巻き (豚肉、白菜、焼きそば、醤油)</li> <li>・三色ナムル (小松菜、人参、キャベツ)</li> <li>・中華スープ (豆腐、ニラ、卵)</li> <li>・ごはん</li> <li>・フルーツ</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーうどん (豚肉、玉ねぎ、人参、油あげ)</li> <li>・白菜サラダ (白菜、きゅうり、人参、ちくわ)</li> <li>・かぼちゃの甘煮</li> <li>・フルーツ</li> <li>・牛乳</li> </ul>

29日(月)	30日(火)	31日(水)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉のしょうが焼き (豚肉、しょうが、玉ねぎ)</li> <li>・千切りキャベツ</li> <li>・スパゲティサラダ (スパゲティ、きゅうり、人参、卵)</li> <li>・みそ汁 (豆腐、ねぎ、わかめ)</li> <li>・ごはん</li> <li>・フルーツ</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・中華風肉団子 (豚、鶏ひき肉、人参、ねぎ、卵、しょうが)</li> <li>・レタス</li> <li>・春雨中華サラダ (春雨、きゅうり、人参、かにかま)</li> <li>・中華スープ (ニラ、えのき、卵)</li> <li>・ごはん</li> <li>・フルーツ</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・エビピラフ (えび、玉ねぎ、人参、ピマン)</li> <li>・大根サラダ (大根、きゅうり、人参、ツナ)</li> <li>・ミニトマト</li> <li>・チーズホテトパイ (じゃが芋、チーズ、トマト、皮)</li> <li>・洋風スープ (白菜、人参、ベーコン)</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>

