



2019年1月

ランチメニュー



	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
	<ul style="list-style-type: none"> 揚げ鶏の甘辛煮 (ヒレ肉、しょうが、卵、小麦粉、ごま) レタス ミニトマト マカロニサラダ (マカロニ、人参、きゅうり、卵、マヨネーズ) みそ汁 (玉ねぎ、わかめ、油あげ) ごはん フルーツ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 魚挂 わかめご飯 (鮭、わかめ、ごま) 大根と豚肉の甘辛煮 (大根、人参、豚肉、こんにゃく) 玉子焼 みそ汁 (白菜、えのき) 乳酸ドリンク 	<ul style="list-style-type: none"> 麻婆豆腐 (豚肉、長ねぎ、豆腐、ニラ) 三色ナムル (キャベツ、人参、小松菜) 中華スーフ (春雨、卵) ごはん フルーツ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> カレーうどん (豚肉、玉ねぎ、人参、油あげ、ねぎ) かぼちゃの甘煮 ほうれん草のバター炒め (ほうれん草、コン、パンコン) フルーツ 牛乳
	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)
	<ul style="list-style-type: none"> チキンカツ (ヒレ肉、パン粉、小麦粉、卵) 千切りきゃばつ ミニトマト 切り干し大根炒め煮 (切り干し、人参、油あげ、ちわ) みそ汁 (白菜、えのき、人参) ごはん フルーツ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 肉団子の甘酢あん (ヒレ肉、人参、ねぎ、卵、しょうが) レタス 春雨中華サラダ (春雨、きゅうり、人参、ちわ) 中華スーフ (ニラ、卵) ごはん フルーツ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 鯖の味噌煮 (鯖、しょうが) マカロニのから炒め (マカロニ、ヒレ肉、玉ねぎ、人参、コン) レタス みそ汁 (大根、油あげ) ごはん 乳酸ドリンク 	<ul style="list-style-type: none"> ミートソーススパゲティ (ヒレ肉、玉ねぎ、人参、トマト、長ねぎ) コールスローサラダ (きゃばつ、きゅうり、人参、ハム、コン) ミニトマト スーフ (じゃが芋、玉ねぎ) フルーツ 牛乳
	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)
	<ul style="list-style-type: none"> 豚肉のしょうが焼き (豚肉、玉ねぎ、しょうが) レタス ミニトマト 春雨マヨネーズサラダ (春雨、きゅうり、人参、卵) みそ汁 (大根、わかめ) ごはん フルーツ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> チキンクリームシチュー (ヒレ肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参) ブロッコリーと玉子のサラダ (ブロッコリー、卵、人参、きゅうり) ミニトマト バターロールパン フルーツ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> エビピラフ (エビ、玉ねぎ、人参、ピルマン) シーゼージときゃばつのソース炒め (魚肉、シーゼージ、きゃばつ、人参) 玉子サラダ、い (卵、マヨネーズ、菜) スーフ (白菜、パンコン) ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> あんかけ焼そば (白菜、人参、キャベツ、小松菜、豚肉、きゅうり) わかめサラダ (レタス、きゅうり、人参、わかめ、カニカマ) ミニトマト 中華スーフ (豆腐、卵) フルーツ 牛乳



※ランチ室に入る時は、三角巾・マスク・エプロンを持参して下さい。

※ランチ参観の時は、お箸と室内履きを持参して下さい。

※ランチメニューは変更する場合があります。

※通常一家庭お一人のランチを準備しています。複数の参加をご希望の方は、1週間前までにお知らせ下さい。