

## 2020年度 メニュー一覽

## 冬メニュー 1~3月

朝食	A	ご飯(地元のお米) 玉ねぎとほうれん草 の味噌汁	鮭の塩焼き 房州ひじきの煮物 南瓜サラダ りんご
	B	パン コンソメスープ	ベーコンとキャベツのソテー ウィンナー タマゴのサラダ ルビー
	C	ご飯(地元のお米) 小松菜と人参の味噌汁	肉団子 野菜炒め ごぼうとキャベツのサラダ オレンジ
昼食	A	親子丼 豆腐の味噌汁	もやしのゆかり和え プリン
	B	スタミナ丼 すまし汁	ナムル ヤクルト
	C	麻婆丼 ワカメスープ	春雨サラダ 杏仁豆腐
夕食	A	ご飯(地元のお米) キャベツと人参の味噌汁	豚ロースのキノコあんかけ 白菜のクリーム煮 切干大根の煮物 ろくすけもちのきな粉がけ
	B	ご飯(地元のお米) なめこの味噌汁	チキンステーキ かに玉の甘酢あんかけ 鶏肉と野菜の煮物 白玉ぜんざい
	C	ご飯(地元のお米) 卵スープ	豚肉の生姜焼き ロールキャベツのトマト煮込み 大根のそぼろがけ パイン