

## 2022年 メニュー一覽

## 冬メニュー 12～03月

朝食	A	ご飯(地元のお米) 小松菜と玉葱の味噌汁	鯖の塩焼き 肉じゃが 隠元 タマゴサラダ・プチトマト パイナップル
	B	コッペパン かぼちゃスープ	ベーコンと白菜ソテー ウィンナー・ケチャップ 温野菜サラダ(人参・パプリカ・ブロッコリー) オレンジ
	C	ご飯(地元のお米) 豆腐とわかめの味噌汁	豚肉とキャベツの炒め 切り干し大根の煮物 南瓜サラダ・プチトマト バナナ
昼食	A	中華丼 わかめスープ	ほぐし鶏と水菜の和え物 杏仁豆腐
	B	ハヤシライス コンソメスープ	グリーンサラダ ヤクルト
	C	肉うどん ひじきご飯	法蓮草と油揚げの浸し プリン
夕食	A	ご飯(地元のお米) トマトと野菜のスープ	豚バラの生姜焼き 鶏肉と大根の煮物 隠元 春雨サラダ 菜の花と油揚げの浸し ろくすけもち ぜんざい
	B	ご飯(地元のお米) 豚汁	牛肉コロッケ マグロメンチ串カツ 中濃ソース キャベツ・トマト ブロッコリーと人参のホワイトソース みかん
	C	ご飯(地元のお米) 大根と法蓮草の味噌汁	チキンと長葱の照り焼き 煮込みハンバーグ ビーフンと白菜炒め キャベツとツナサラダ りんご