

## 2023年 メニュー一覽

## 冬メニュー 12～03月

朝食 おかわり用 ふりかけ ・のりたま ・ゆかり	A	ご飯(地元のお米) 白菜と油揚げの味噌汁	鯖の塩焼き 肉じゃが 隠元 マカロニサラダ ブロッコリー・プチトマト オレンジ
	B	コッペパン コンスープ	ベーコンと白菜ソテー ウインナー タマゴサラダ ブロッコリー 人参 パイナップル
	C	ご飯(地元のお米) 若布と葱の味噌汁	キャベツの塩昆布炒め 鶏団子とブロッコリーのケチャップ煮 人参サラダ プチトマト バナナ
昼食	A	中華丼 春雨スープ	焼売あんかけ 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 まいたけご飯	ツナと法蓮草和え プリン
夕食	A	ご飯(地元のお米) 大根と法蓮草の味噌	豚バラの生姜焼き マカロニのトマト煮 菜の花そぼろ もやしナムル ろくすけもち ぜんざい
	B	ご飯(地元のお米) かぼちゃのスープ	牛肉コロッケ おさかなソーセージ揚げ キャベツ・トマト・ブロッコリー 中濃ソース 煮込みミニハンバーグ みかん
	C	ご飯(地元のお米) 豚汁	鶏肉の照り焼き ロールキャベツと人参のホワイトソース 小松菜ときのこ炒め 海藻サラダ りんご