朝食B

写真

メニュー

品名	内容量	備考
ごはん	適量	
みそ汁　ネギ・油揚	適量	
お新香	適量	
鮭の塩焼き	1切れ	
納豆	1個	
肉団子	2個	
味付き海苔	1枚	

区分		品名	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	いくら	あわび	オレンジ	いか	キウイ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	やまいも	もも	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシューナッツ
朝食①	ごはん	ごはん																											
	みそ汁	味噌																	○										
		本だし																											
		ネギ																											
		油揚																	○										
	お新香	さくら漬																											
	鮭の塩焼き	サケ															○												
		サラダ油																	○										
	納豆	納豆			○													○	○										
	肉団子	肉団子		○	○														○	○									
	味付き海苔	海苔			○			○	△										○										

昼食B

写真

メニュー

品名	内容量	備考
ごはん	適量	
みそ汁　ネギ・わかめ	適量	
お新香	適量	
鶏の唐揚	5個/1人	
ポテトサラダ	20g	
野菜サラダ	キャベツ60g	
きんぴらごぼう	30g	

区分		品名	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	いくら	あわび	オレンジ	いか	キウイ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	やまいも	もも	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシューナッツ
昼食②	ごはん	ごはん																											
	みそ汁	味噌																	○										
		本だし																											
		ネギ																											
		わかめ						△	△		△		△					△												
	お新香	つぼ漬け			○														○										
	鶏の唐揚	鶏肉																		○									
		醤油			○														○										
		料理酒																											
		中華だし	△	△	○													△	○	△	△				△			△	
		卵	○																										
		片栗粉																											
		サラダ油																	○										
	ポテトサラダ	ポテトサラダ	○	○	○														○										
	サラダ	キャベツ																											
	きんぴらごぼう	きんぴらごぼう			○														○									○	

夕食B

写真

メニュー

品名	内容量	備考
ごはん	適量	
みそ汁　ネギ・お麸	適量	
お新香	適量	
チキンのソテー照り焼きソース	2枚/1人	
アジフライ	1枚/1人	
マカロニサラダ	20g	
野菜サラダ	キャベツ60g	
肉ニラもやし炒め	30g	

区分		品名	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	いくら	あわび	オレンジ	いか	キウイ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	やまいも	もも	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシューナッツ
夕食②	ごはん	ごはん																											
	みそ汁	味噌																	○										
		本だし																											
		ネギ																											
		お麸			○																								
	お新香	しば漬け			○														○										
	チキンのソテー照り焼きソース	鶏肉																		○									
		照り焼きソース			○														○						○				
	アジフライ	アジフライ			○														○										
		サラダ油																	○										
	サラダ	キャベツ																											
	マカロニサラダ	マカロニサラダ	○		○														○										
	肉ニラもやし炒め	鶏ひき肉																		○									
		にら																											
		もやし																											
		中華だし	△	△	○													△	○	△	△				△			△	
		サラダ油																	○										