



2017年 10月

# 献立表



なすかしの森レストラン



	No.1	No.2	No.3	No.4	No.5	No.6
<b>朝食</b>	1日7日13日19日25日31日	2日8日14日20日26日	3日9日15日21日27日	4日10日16日22日28日	5日11日17日23日29日	6日12日18日24日30日
	ご飯 味噌汁 汁物② 汁物② 主食② 主菜① 主菜② 主菜③ 副菜① 副菜②	ご飯 味噌汁 味噌汁 玉葱のスーフ リムット 味のみのん焼き スクランブルエッグベジタブル ウィンナーと蒸し野菜 ひじきと枝豆の煮物 ツナとインゲンのマヨ和え	ご飯 味噌汁 オニオンスーフ きのこの雑炊 さつまごぼう巻き ほうれん草スクランブル キャベツとコーンの炒め きんぴらごぼう 花野菜のイタリアンサラダ	ご飯 味噌汁 玉子スーフ リムット ホキの塩焼き 炒り玉子青豆あんかけ 野菜炒め 刻み昆布の煮物 スパゲティーサラダ	ご飯 味噌汁 水菜のチキンスーフ 中華粥 さわら塩焼き ニラ玉子 キャベツと小松菜炒め れんこんきんぴら 枝豆の梅和え	ご飯 味噌汁 大根の中華スーフ たまご雑炊 ししゃも焼き スクランブルエッグフレーン コーンポテトソテー おから煮物 いんげんの胡麻和え
	焼きたてパン サラダコーナー(日替り) 納豆、味のり、ふいかけ、漬物 フリードリンク	焼きたてパン サラダコーナー(日替り) 納豆、味のり、ふいかけ、漬物 フリードリンク	焼きたてパン サラダコーナー(日替り) 納豆、味のり、ふいかけ、漬物 フリードリンク	焼きたてパン サラダコーナー(日替り) 納豆、味のり、ふいかけ、漬物 フリードリンク	焼きたてパン サラダコーナー(日替り) 納豆、味のり、ふいかけ、漬物 フリードリンク	焼きたてパン サラダコーナー(日替り) 納豆、味のり、ふいかけ、漬物 フリードリンク
<b>昼食</b>						
	ご飯 なすかしカレー 麺① 麺② 主菜① 副菜① 副菜② 副菜③ 汁物	ご飯 鶏ごぼう混ぜごはん かき玉子あんかけそば、うどん ミートソーススパゲティ	ご飯 なすかしカレー 支那そば風 塩焼きそば 白身フライ がんもの京風煮 ニンニク芽ときくらげの中華炒め 茄子のおろし和え あおさ汁	ご飯 森の炊き込みピラフ カレーそば、うどん 和風ツナ スパゲティ 野菜コロッケ みたらし白玉 白菜とベーコンの香草焼き ほうれん草おかか和え 野菜スーフ	ご飯 なすかしカレー イタリアンラーメン:ロツノ あんかけ焼きそば 茄子の肉詰めフライ 高野豆腐の卵とじ いんげんと挽肉の黒コンショウ炒め ごぼうのマヨ和え きのこのすまし汁	ご飯 ベーコン洋風炊込みごはん きつねそば、うどん キノコのバター醤油パスタ 肉じゃがコロッケ 雷こんにゃく ちくわとフロッコリーの中華炒め 絹さや生姜醤油おひたし ワカメスーフ
	漬物 フルーツ(日替り) サラダコーナー(日替り) フリードリンク	漬物 フルーツ(日替り) サラダコーナー(日替り) フリードリンク	漬物 フルーツ(日替り) サラダコーナー(日替り) フリードリンク	漬物 フルーツ(日替り) サラダコーナー(日替り) フリードリンク	漬物 フルーツ(日替り) サラダコーナー(日替り) フリードリンク	漬物 フルーツ(日替り) サラダコーナー(日替り) フリードリンク
<b>夕食</b>						
	ご飯 味噌汁 チャプチェ 豆腐の挽肉包み揚げ きびなごフライ マーボー豆腐 わかめとツナの塩炒め バンバンジー	ご飯 すまし汁 焼きうどん あんかけ揚げ餃子 はんぺんときこの醤油焼き 肉じゃが かぼちゃのパン粉焼き キャベツのナムル	ご飯 味噌汁 ナポリタン 和風おろしハンバーグ サンマフライ さつま芋のレモン煮 中華野菜炒め バンサンスー	ご飯 すまし汁 キムチ焼きそば メンチカツ 小あじ南蛮漬け 秋野菜のクリーム煮 スナッフエンドウときくらげの中華炒め マカロニマヨネーズサラダ フルーツカクテル	ご飯 ニラ玉スーフ 春雨ともやしのピビンバ炒め デミきのこ ハンバーグ いわしフライ マッシュポテト チンゲン菜中華塩炒め ひじきともやしのナムル	ご飯 すまし汁 広東風醤油やきそば ソーセージカツ 秋刀魚の照り焼き 車麩の和風卵とじ パプリカともやしのオイスター炒め フロッコリーイタリアンサラダ フルーツインゼリー
デザート	日替わりゼリー	フルーツ寒天	日替わりゼリー	フルーツカクテル	日替わりゼリー	フルーツインゼリー
	漬物 えびせん 高原野菜サラダ サラダコーナー(日替り) フリードリンク	漬物 スチームポテト 高原野菜サラダ サラダコーナー(日替り) フリードリンク	漬物 フライドオニオン 高原野菜サラダ サラダコーナー(日替り) フリードリンク	漬物 スチームポテト 高原野菜サラダ サラダコーナー(日替り) フリードリンク	漬物 えびせん 高原野菜サラダ サラダコーナー(日替り) フリードリンク	漬物 スチームポテト 高原野菜サラダ サラダコーナー(日替り) フリードリンク

