



2019年4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>	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	1日7日13日19日25日	2日8日14日20日26日
<b>汁物</b>	ご飯 味噌汁 汁物② もやしのスープ	ご飯 味噌汁 玉葱のスープ	ご飯 味噌汁 オニオンスープ	ご飯 味噌汁 玉子スープ	ご飯 味噌汁 水菜のチキンスープ	ご飯 味噌汁 大根の中華スープ
<b>主菜①</b>	ししゃも焼き	ウインナー	さつまごぼう巻き	味付け肉団子	さわら塩焼き	しょうまい
<b>主菜②</b>	オムレットマトソース	スクランブルエッグベジタブル	厚焼き玉子	スクランブルエッグ	オムレット和風ソース	スクランブルエッグ
<b>副菜①</b>	蒸し野菜	蒸し野菜	蒸し野菜	蒸し野菜	蒸し野菜	蒸し野菜
<b>副菜②</b>	切干大根の煮物	ひじき煮物	れんこんきんぴら	切干大根の煮物	ひじきおから煮	きんぴらごぼう
	自家製パン(人参、レーズン、バケツ)	自家製パン(人参、レーズン、バケツ)	自家製パン(人参、レーズン、バケツ)	自家製パン(人参、レーズン、バケツ)	自家製パン(人参、レーズン、バケツ)	自家製パン(人参、レーズン、バケツ)
	サラダコーナー 納豆、ふいかけ、漬物 フリードリンク	サラダコーナー 納豆、ふいかけ、漬物 フリードリンク	サラダコーナー 納豆、ふいかけ、漬物 フリードリンク	サラダコーナー 納豆、ふいかけ、漬物 フリードリンク	サラダコーナー 納豆、ふいかけ、漬物 フリードリンク	サラダコーナー 納豆、ふいかけ、漬物 フリードリンク
<b>昼食</b>						
<b>主食</b>	ご飯 なすかしカレー	ご飯 白河トマト炊込みごはん	ご飯 なすかしカレー	ご飯 森の炊き込みピラフ	ご飯 なすかしカレー	ご飯 ゆかいごはん
<b>種類</b>	アゴだししょう油ラーメン	きつねうどん	ごま塩ラーメン	高遠風うどん	みそラーメン	あさひ風味塩うどん
<b>主菜①</b>	アシフライ	イカカツ	たっぴりコーンフライ	野菜コロッケ	白身フライ	カレーコロッケ
<b>副菜①</b>	南瓜の煮物	車麩の出汁煮	アジアンポテト	里芋のみそ煮	がんも京風煮	雷こんにゃく
<b>副菜②</b>	挽肉ともやしの炒め	花野菜オーブン焼き	ニンニク芽の中華炒め	白菜とフロコリーの香草焼き	高原キャベツのみそ炒め	かほちゃのパン粉焼き
<b>汁物</b>	花麩と海苔の澄まし汁	中華スープ	あおさ汁	野菜スープ	きのこのすまし汁	ワカメスープ
	漬物 フルーツ サラダコーナー フリードリンク	漬物 フルーツ サラダコーナー フリードリンク	漬物 フルーツ サラダコーナー フリードリンク	漬物 フルーツ サラダコーナー フリードリンク	漬物 フルーツ サラダコーナー フリードリンク	漬物 フルーツ サラダコーナー フリードリンク
<b>夕食</b>						
<b>汁物</b>	ご飯 味噌汁	ご飯 すまし汁	ご飯 味噌汁	ご飯 すまし汁	ご飯 味噌汁	ご飯 すまし汁
<b>麺①</b>	ビーフン中華炒め	ソース焼きそば	菜の花和風パスタ	焼きうどん	ペペロンチーノ	広島風醤油やきそば
<b>主菜①</b>	鶏からあげ	ハムカツ	和風醤油ハンバーグ	揚げ餃子	メンチカツ	春巻き
<b>主菜②</b>	ロールキャベツコンソメ煮	肉じゃが煮	ポトフ	マーボー豆腐	じゃがいもみそカンフラ	クリームシチュー
<b>副菜①</b>	大根とツナの炒め物	カリフラワーと竹輪のカレー炒め	野菜炒め	スタッフえんどうときくらげの炒め	パプリカともやしのオイスター炒め	にんにくの芽と挽肉の炒め物
<b>副菜②</b>	スパゲティマヨサラダ	マカロニイタリアンサラダ	春雨サラダ	スパゲティマヨサラダ	マカロニイタリアンサラダ	春雨サラダ
<b>デザート</b>	日替わりゼリー	日替わりゼリー	日替わりゼリー	日替わりゼリー	日替わりゼリー	日替わりゼリー
	漬物 えびせん 高原野菜サラダ サラダコーナー 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 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 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 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 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 フリードリンク