



R8食事メニュー見本



★作物の生育状況等により、野菜の内容を変更する場合があります★

1-夕



ご飯 味噌汁(玉ねぎ・わかめ・麩)
ボンゴレパスタ タンドリーチキン
豚ニラオイスターソース炒め
ツナの人参しりしり
ブロッコリーサラダ
フライドポテト 飲み物

1-朝



ご飯 納豆 ふりかけ 梅干
味噌汁(油揚げ・小松菜)
鮭の塩焼き 厚焼き玉子
もやしと胡瓜のカレマヨ炒め
厚揚げの煮つけ チキンナゲット
コーンフレーク 牛乳 飲み物

1-昼



豚丼(温泉卵付き)
わかめうどん
かぼちゃサラダ イカフライ
湯葉こんにやく 紅生姜
飲み物

2-夕



ご飯 味噌汁(玉ねぎ・小松菜)
サバのカレー焼き 豚バラ大根
野菜のペペロンチーノ炒め
胡瓜とピーマンのごま塩昆布和え
トマトの和風パスタ
フライドポテト 飲み物

2-朝



ご飯 納豆 ふりかけ 梅干
味噌汁(なめこ・長ネギ)
いわしの梅煮 ベーコンエッグ
野菜の浅漬け ポイルウインナー
マカロニサラダ
ロールパン 飲み物

2-昼



ハヤシライス
ほうれん草うどん
野菜コロッケ
ささみと胡瓜のサラダ
ぶるぶるコーヒーマルク
福神漬け 飲み物

3-夕



ご飯 味噌汁(豆腐・長ネギ)
デミグラスハンバーグ
きのこのペペロンチーノ
じゃがいものチーズ焼き
もやしとツナの和え物
フライドポテト 温野菜
飲み物

3-朝



ご飯 納豆 ふりかけ 梅干
味噌汁(しめじ・玉ねぎ)
鮭の塩焼き ほうれん草のおかか和え
厚焼き玉子 切り干し大根の煮付け
チキンナゲット
コーンフレーク 牛乳 飲み物

3-昼



中華丼
きつねうどん
揚げ餃子
春雨サラダ
刺身こんにやく
飲み物

4-夕



ご飯
味噌汁(なめこ・豆腐)
肉じゃが 厚揚げのみぞれがけ
甘酢唐揚げ ミートパスタ
コールスローサラダ
フライドポテト 飲み物

4-朝



ご飯 納豆 ふりかけ 梅干
味噌汁(大根・油揚げ)
鯖の味噌煮 チーズオムレツ
小松菜とカナカマの和え物
パスタサラダ ポイルウインナー
ロールパン 飲み物

4-昼



ナポリタンうどん
コンソメスープ
肉団子
水菜のサラダ
ぶるぶるみかん
飲み物