

レストランきびの森

2018年 1月 2月 3月 献立表

1月	1・6・11・16・21・26・31	2・7・12・17・22・27	3・8・13・18・23・28	4・9・14・19・24・29	5・10・15・20・25・30
2月	5・10・15・20・25	1・6・11・16・21・26	2・7・12・17・22・27	3・8・13・18・23・28	4・9・14・19・24
3月	2・7・12・17・22・27	3・8・13・18・23・28	4・9・14・19・24・29	5・10・15・20・25・30	1・6・11・16・21・26・31
朝食	献立No.1	献立No.2	献立No.3	献立No.4	献立No.5
主食	ご飯(岡山県産米)・ロールパン・食パン・おかゆ				
汁物	味噌汁 スープ	味噌汁 スープ	味噌汁 スープ	味噌汁 スープ	味噌汁 スープ
おかず	めざし	あじの塩焼き	さわらの塩焼き	きびなごの青のり風味	さばの塩焼き
	ゆで卵	洋風オムレツ(ナポリソース)	スクランブルエッグ(にら&玉葱)	和風オムレツ(きのこあん)	スクランブルエッグ(MIXV)
	切干し大根の煮物	花野菜のスープ煮	ミックスベジタブルソテー	れんこんのきんぴら	高野豆腐の煮物
	おかすパゲティ-サラダ	キャベツのゆかり和え	白菜の胡麻和え	花野菜のイタリアンサラダ	マカロニサラダ
	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
デザート	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ
嗜好品①	小梅・つぼ漬け又はかっぱ漬け 納豆・ふりかけ・味付けのり・のり佃煮				
嗜好品②	マーガリン・イチゴジャム				
飲物	麦茶・紅茶・牛乳・コーヒー・オレンジ・白ブドウ・野菜ジュース				
昼食	献立No.1	献立No.2	献立No.3	献立No.4	献立No.5
主食	ご飯(岡山県産米)・食パン				
	菜めし	ポークハヤシ	ゆかりごはん	チキンカレー	わさび風京菜ご飯
麺類	うどん	味噌ラーメン	にゅうめん	うどん	豚骨ラーメン
汁物	すまし汁	わかめスープ(コンソメ)	すまし汁	オニオンスープ(コンソメ)	すまし汁
おかず	白身魚フライ	きびなごの南蛮漬け	白身魚の山賊焼	いわしの磯辺フライ	さんまの塩焼き
	スパイシーチキン	蒸しシューマイのおろしソース	メンチカツ	ミートボールのケチャップソース	チキンカツ
	ツナと野菜のソテー	フライドポテト(あおのり)	揚げ茄子の味噌炒め	野菜コロッケ	野菜と大豆ミートの中華炒め
	厚揚げの煮物	大根と人参の煮物	切り昆布と大豆の煮物	白菜と油揚げの煮物	がんもの煮物
	白菜のおひたし	カリフラワーの甘酢和え	ごぼうサラダ	ハンサンスウ	わかめと大根の中華サラダ
	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
デザート	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ
嗜好品①	つぼ漬け・かっぱ漬け(No.2・No.4昼食は福神漬け・らっきょ)				
嗜好品②	マーガリン・イチゴジャム				
飲物	麦茶・紅茶・牛乳・コーヒー・オレンジ・白ブドウ・野菜ジュース				
夕食	献立No.1	献立No.2	献立No.3	献立No.4	献立No.5
主食	ご飯(岡山県産米)・食パン				
	五穀と豆のしそごはん	炊き込みご飯	麻婆丼	わかめご飯	シチューライス
汁物	すまし汁	味噌汁	中華スープ	すまし汁	コンソメスープ
おかず	いなだの照り焼き	さんまの生姜煮	いなだの西京焼	アジフライ	さわらの幽庵焼
	茄子の肉詰めフライ	揚げどりの甘酢あんかけ	ロールキャベツ(クリーム煮)	鶏肉の七味醤油焼	野菜たっぷりの水ギョ-ザ
	マカロニグラタン	パスタ焼きそば	皿うどん	蒜山風焼きそば	スパゲティ-ナポリタン
	湯豆腐	おでん風煮物	根菜の煮物	かぼちゃの大豆ミートそぼろあん	花野菜の中華炒め
	もやしとニラ炒め	こぶきいも	オニオンリングフライ	大豆のピリ辛ソテー	フライドポテト(コンソメ)
	いんげんサラダ	ビーンズサラダ	もやしキムチ	さつま芋サラダ	きゅうりとわかめの酢の物
	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
デザート	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ
嗜好品①	つぼ漬け・かっぱ漬け				
嗜好品②	マーガリン・イチゴジャム				
飲物	麦茶・紅茶・牛乳・コーヒー・オレンジ・白ブドウ・野菜ジュース				

* 米は岡山県産米を使用しています。 赤枠表示は旬の食材を使用したメニューです。 緑枠表示は前回献立から変更のメニューです。