

そよかぜ メニュー表 令和4年12月1日(木)～12月3日(土)



			1 日(木)	2 日(金)	3 日(土)
昼食				・焼肉風炒め ・春雨サラダ ・焼きはんぺん ・みそ汁	そよかぜ忘年会 (交流会&トッピングカレー) 450 円 申込期間:11/22(火)～ 11/29(火)13 時半まで 参加人数:12 名まで(先着順)
夕食				～MANBOUくらぶ夕食会～ ・ポトフ ・サラダ ・その他	

(当日の材料の価格により品数変動する事がありますのでご了承ください。)

そよかぜ メニュー表 令和4年12月6日(火)～12月10日(土)

	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10(土)
昼食	・ 五目きしめん ・ さつま芋の煮物 ・ ゆかり和え	・ サバの味噌煮 ・ 白菜とがんもの煮物 ・ ごま和え ・ みそ汁		・ みそカツ ・ ごまあえ ・ 春雨サラダ ・ みそ汁	・ 牛肉のオイスター炒め ・ カニカマサラダ ・ ごま和え ・ スープ
夕食				・ チンジャオロース ・ 海藻サラダ ・ みそ汁	

(当日の材料の価格により品数が変動する事がありますのでご了承ください。)

そよかぜ メニュー表 令和4年12月13日(火)~12月17日(土)



	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
昼食	・ 豚肉のしょうが焼き ・ 厚揚げの煮物 ・ 酢の物 ・ みそ汁	・ 和風スパ ・ ブロッコリーサラダ ・ フルーツ ・ スープ		・ 焼き魚 ・ ごぼうサラダ ・ ごま和え ・ みそ汁	・ 三色丼 ・ おひたし ・ 酢の物 ・ みそ汁
夕食				・ カキフライ ・ いそべあえ ・ みそ汁	

(当日の材料の価格により品数変動する事がありますのでご了承ください。)

そよかぜ メニュー表 令和4年 12月20日(火)~12月24日(土)



	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
昼食	・焼きそば ・野菜サラダ ・みそ汁 ・フルーツ	・豚の照り焼き ・かぼちゃの煮物 ・酢の物 ・みそ汁		・魚フライ ・スパサラダ ・きのこおろし ・みそ汁	・臭だくさんシチュー ・ピーナッツあえ ・プリン 
夕食				  ・チキンソテー ・ポテトサラダ ・スープ	

(当日の材料の価格により品数変動する事がありますのでご了承ください。)

そよかぜ メニュー表 令和4年12月27日(火)~12月28日(水)



	27日(火)	28日(水)			
昼食	・肉豆腐 ・酢の物 ・みそ汁	・年越しそば ・エビ天 ・青菜ごはん 他			
夕食					

(当日の材料の価格により品数変動する事がありますのでご了承ください。)