



そよかぜ メニュー表 令和4年 3月 1日(火) ~ 3月 5日(土)

	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none">・ 焼き魚・ さやえんどうの卵とじ・ きんぴら・ みそ汁	<ul style="list-style-type: none">・ 焼きうどん・ 卵サラダ・ フルーツ・ みそ汁		<ul style="list-style-type: none">・ 麻婆豆腐・ もやしの酢の物・ しゅうまい・ スープ	<ul style="list-style-type: none">・ ちらし寿司・ ごまあえ・ 冷奴・ すまし汁
夕食				<p>★MANBOU くらぶ夕食会</p> <ul style="list-style-type: none">・ 焼肉丼・ キムチ・ スープ・ デザート	

そよかせ メニュー表

令和4年 3月 8日(火) ~ 3月 12日(土)



	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・ トンカツ ・ ピーナッツ和え ・ さつま揚げ煮物 ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 三色丼 ・ 酢の物 ・ おかか和え ・ すまし汁 		<ul style="list-style-type: none"> ・ 肉豆腐 ・ 酢の物 ・ ごま和え ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ハヤシライス ・ サラダ ・ スープ ・ フルーツ
夕食				<ul style="list-style-type: none"> ・ 焼き魚 ・ 山吹あえ ・ ポテトサラダ ・ みそ汁 	

そよかぜ メニュー表 令和4年 3月 15日(火) ~ 3月 19日(土)



	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・ 焼きそば ・ コーンサラダ ・ スープ ・ フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 豚テキ ・ たけのこの煮物 ・ ごまあえ ・ みそ汁 	/	<ul style="list-style-type: none"> ・ チキンライス ・ グリーンサラダ ・ フルーツポンチ ・ スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 牛肉のしぐれ煮 ・ 焼きはんぺん ・ 酢の物 ・ みそ汁
夕食	/	/	/	<ul style="list-style-type: none"> ・ のり弁風 ・ みそ汁 	/

そよかぜ メニュー表 令和4年 3月 22日(火) ~ 3月 26日(土)



	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・ざるそば ・春の天ぷら ・おひたし 	<ul style="list-style-type: none"> ・揚げぎょうざ ・もやしのナムル ・酢の物 ・中華スープ 	/	<ul style="list-style-type: none"> ・煮魚 ・卵とじ ・酢みそあえ ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚丼 ・春雨サラダ ・おかかあえ ・みそ汁
夕食	/	/	/	<ul style="list-style-type: none"> ・チキンカツ ・ごまあえ ・マカロニサラダ ・スープ 	/

そよかぜ メニュー表 令和4年 3月 29日(火)~3月 31日(木)



	29日(火)	30日(水)	31日(木)		
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・ナポリタンスパ ・野菜サラダ ・フルーツ ・スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏のてり焼き ・さつまいもの甘煮 ・おひたし ・みそ汁 			
夕食					