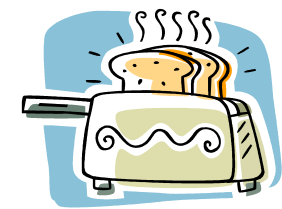


そよかぜ メニュー表 平成31年 3月 1日(金) ~3月 2日(土)



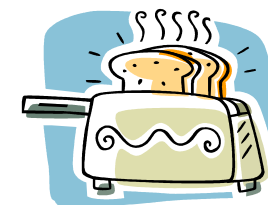
				1日(金)	2日(土)
昼食				そよかぜクッキング 鶏の照り焼き	<ul style="list-style-type: none"> ・ キムチ炒め ・ 冷奴 ・ スパサラダ ・ スープ
夕食				<ul style="list-style-type: none"> ・ チラシ寿司 ・ おひたし ・ すまし汁 ・ 果物 ☆MANBOU 食事会 <ul style="list-style-type: none"> ・ チラシ寿司 ・ デザート 	



そよかぜ メニュー表 平成31年 3月 5日(火) ~ 3月 9日(土)

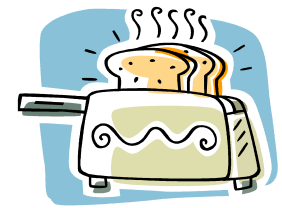
	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none">・ 焼き魚・ さやえんどうの卵 とじ・ きんぴら・ みそ汁	<ul style="list-style-type: none">・ あんかけ焼きそば・ ツナサラダ・ わかめスープ	100円カレーデー	そよかぜクッキング 肉野菜の炒め物	<ul style="list-style-type: none">・ ハヤシライス・ わかめサラダ・ 果物
夕食	<ul style="list-style-type: none">・ ポークソテー・ マカロニサラダ・ ごま和え・ みそ汁	<ul style="list-style-type: none">・ 魚の唐揚げ・ ごま和え・ 厚揚げの煮物・ みそ汁		<ul style="list-style-type: none">・ 煮魚・ いそべあえ・ 切干大根の煮物・ みそ汁	

そよかせ メニュー表 29年 3月 12日(火) ~ 3月 16日(土)



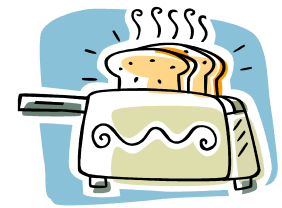
	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none"> 魚フライ ピーナッツ和え さつま揚げ煮物 みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> 豚肉と玉ねぎの炒め物 冷やっこ ごま和え みそ汁 	アレンジカレーデー	<ul style="list-style-type: none"> 肉豆腐 酢の物 おかか和え みそ汁 	※そよかせクッキング <ul style="list-style-type: none"> 五目御飯(防災食) 餃子 サラダ スープ
夕食	<ul style="list-style-type: none"> チキンライス コールスローサラダ スープ フルーツポンチ 	<ul style="list-style-type: none"> 回鍋肉(ホイコーロー) 玉ねぎサラダ 大根の煮物 スープ 	夕方カレーの日	<ul style="list-style-type: none"> 焼き魚 ジャーマンポテト 酢みそ和え みそ汁 	

そよかぜ メニュー表 29年 3月 19日(火) ~ 3月 23日(土)



	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・ 焼きそば ・ コーンサラダ ・ ヨーグルト和え 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ごぼうハンバーグ ・ りんごサラダ ・ ごまあえ ・ みそ汁 	春分の日 お休み	そよかぜクッキング サンマ缶のひつまぶし	<ul style="list-style-type: none"> ・ 焼肉風炒め ・ マカロニサラダ ・ たけのこの煮物 ・ みそ汁
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ・ トンカツ ・ おかかあえ ・ 酢の物 ・ みそ汁 	※第3水曜日の為 16時閉所		<ul style="list-style-type: none"> ・ たけのこご飯 ・ カツオのたたき ・ ジャガイモとひじきの煮物 ・ すまし汁 	

そよかぜ メニュー表 29年 3月 26日(火) ~ 3月 30日(土)



	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・三色丼 ・酢の物 ・おかか和え ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・麻婆茄子 ・もやしのナムル ・酢の物 ・中華スープ 	そよかぜクッキング ポトフ&ホットドッグ	アレンジカレーデー	お花見 ちらし寿司 ※昼食サービスは 有りません。
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ・天ぷらそば ・おひたし ・冷奴 ・すまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・すき焼き風煮 ・塩昆布あえ ・おひたし ・みそ汁 	夕方カレーの日	<ul style="list-style-type: none"> ・焼きコロッケ ・高野豆腐の煮物 ・ごまあえ ・みそ汁 	