



そよかぜ メニュー表 令和元年 9月3日(火) ~ 9月7日(土)

	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none"> 豚しゃぶ かぼちゃの煮物 からし和え みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> サバのあんかけ 豆腐サラダ おひたし みそ汁 	★アレンジカレーデー	★そよかぜクッキング <ul style="list-style-type: none"> 豚照り丼 サラダ すまし汁 デザート 	<ul style="list-style-type: none"> 焼肉風炒め 酢の物 ごま和え みそ汁
夕食	<ul style="list-style-type: none"> チンジャオロースー 寒天の酢の物 冷奴 スープ 	※16時閉所		<ul style="list-style-type: none"> ネギ明太子パスタ トマトのサラダ 玉ねぎとわかめのスープ <MANBOU 夕食会> <ul style="list-style-type: none"> 同上 デザート 	



そよかぜ メニュー表 令和元年 9月10日(火) ~ 9月14日(土)

	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・ 鶏とゴーヤのみそ炒め ・ マカロニサラダ ・ おひたし ・ スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 豚テキ ・ ブロッコリーサラダ ・ 大根の炒め煮 ・ スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 豚肉のしょうが炒め ・ おひたし ・ スパサラダ ・ みそ汁 	<p>★そよかぜクッキング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ほうれん草ときのこのクリームパスタ ・ サラダ ・ スープ ・ デザート 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 牛肉のしぐれ煮風 ・ 厚揚げの煮物 ・ 酢の物 ・ みそ汁
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ・ 酢豚 ・ 春雨サラダ ・ しゅうまい ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 鶏天 ・ はんぺんの煮物 ・ おかか和え ・ スープ 	<p>★夕方カレーの日</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 煮魚 ・ ひじきの煮物 ・ 山吹あえ ・ みそ汁 	

そよかぜ メニュー表 令和元年 9月 17日(火) ~ 9月 21日(土)



	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・ 焼魚 ・ きのこのおろしあえ ・ ポテトサラダ ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ チキンソテー ・ 水菜と油揚げのさっと煮 ・ 酢の物 ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 野菜炒め ・ ごまあえ ・ 卵豆腐 ・ スープ 	<p>★そよかぜクッキング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ナシゴレン風炒めご飯 ・ ナムル ・ デザート 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ちらし寿司 ・ おひたし ・ 冷奴 ・ すまし汁
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ・ 冷やし中華 ・ ぎょうざ ・ フルーツ ・ スープ 	<p>※16時閉所</p>	<p>★夕方カレーの日</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 煮魚 ・ 厚揚げ煮 ・ 酢味噌和え ・ みそ汁 	



そよかぜ メニュー表 令和元年 9月 24日(火) ~ 9月 28日(土)

	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none">・ 焼きそば・ 野菜サラダ・ みそ汁・ フルーツ	<ul style="list-style-type: none">・ 三色丼・ おかかあえ・ 刺身こんにゃく・ すまし汁	<ul style="list-style-type: none">・ ケチャップ炒め・ コーンサラダ・ ピーナツ和え・ スープ	<ul style="list-style-type: none">★そよかぜクッキング・ パンケーキサンド・ スープ・ デザート	<ul style="list-style-type: none">・ 豚肉の甘みそ炒め・ ゆで卵サラダ・ ごまあえ・ スープ
夕食	<ul style="list-style-type: none">・ チキンカツ・ ポテトサラダ・ もやしのおひたし・ みそ汁	<ul style="list-style-type: none">・ 冷やしおろしうどん・ ちくわの天ぷら・ みそ和え		<ul style="list-style-type: none">・ 牛肉のオイスター炒め・ さつま芋サラダ・ おひたし・ みそ汁	

