



# 献立表



スーパー・コート武庫之荘

		10/13 (月)	10/14 (火)	10/15 (水)	10/16 (木)	10/17 (金)	10/18 (土)	10/19 (日)
朝食	和食	ご飯 しろ菜和え物 大豆と昆布の旨煮 味噌汁	ご飯 スナップの炒め物 白菜のドレ和え 味噌汁	ご飯 マカロニソテー パンプキンサラダ 味噌汁	ご飯 茄子のケチャップ炒め 青梗菜の和え物 味噌汁	ご飯 もやしの炒め物 うぐいす煮豆 味噌汁	ご飯 炒り卵 ピーマンの和え物 味噌汁	ご飯 かぶの炒め煮 金時豆 味噌汁
	洋食	食パン しろ菜和え物 果物 飲料	食パン スナップの炒め物 果物 飲料	食パン マカロニソテー 果物 飲料	ツイストパン 茄子のケチャップ炒め 果物 飲料	食パン もやしの炒め物 果物 飲料	パン 炒り卵 果物 飲料	食パン かぶの炒め煮 果物 飲料
昼食	A	ご飯 とんかつ卵とじ  きのこのガーリックソ いんげんの和え物 すまし汁	おにぎり 焼きうどん  しろ菜和え物 味噌汁	ご飯 鶏の生姜焼き  切干大根 ほうれん草のしらす和 味噌汁	ご飯 ブリの照り焼き  冬瓜の煮物 ポテトサラダ すまし汁	ご飯 玉子巻き寿司(洋風)  竹輪の炒め物 小松菜のおかか和え すまし汁	ご飯 ハムカツ  スパゲティソテー ピーマンのうま塩和え コンソメスープ	海鮮チャーハン  チンゲン菜のナムル 果物
	B						ご飯 アジのムニエル  スパゲティソテー ピーマンのうま塩和え コンソメスープ	変わりチャーハンの日
夕食		ご飯 赤魚の中華風蒸し あんかけ餃子 小松菜のドレ和え スープ	ご飯 鶏の幽庵焼き 高野豆腐の煮物 菜の花サラダ 味噌汁	ご飯 めばるの有馬煮 大豆のうま煮 しろ菜の和え物 すまし汁	ご飯 豚肉のポン酢蒸し 炒り豆腐 菜の花の和え物 すまし汁	ご飯 カレイの煮付け 厚揚げの炒め物 わかめサラダ 味噌汁	ご飯 鶏と里芋の中華炒め がんもの煮物 根菜サラダ 味噌汁	ご飯 鮭のピリ辛焼き 牛蒡炒め わかめの酢の物 味噌汁

仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいますようよろしくお願い致します。



## ■焼きうどんの日■

焼きうどんの日は、焼きうどん発祥の地である福岡県小倉の「小倉焼きうどん研究所」が、地元の町おこし活動の一環として制定したものであり、2002年のこの日に行われた「焼きうどんバトル」がきっかけとなり、全国へと焼きうどんが広まりました。

写真はイメージです。