



献立表



スーパー・コ-ト武庫之荘

	1/26 (月)	1/27 (火)	1/28 (水)	1/29 (木)	1/30 (金)	1/31 (土)	2/1 (日)
朝食	和食 ご飯 ドレッシング和え キャベツさっと煮 味噌汁	ご飯 ちくわの炒め物 かぶの和え物 味噌汁	ご飯 春菊和え物 厚焼き卵 味噌汁	ご飯 しろ菜の中華風煮浸し 茄子の煮浸し 味噌汁	ご飯 スクランブルエッグ 小松菜の和え物 味噌汁	ご飯 きのこの和え物 ちくわの炒め物 味噌汁	ご飯 カリフラワー土佐煮 スパゲティサラダ 味噌汁
	洋食 食パン ドレッシング和え 果物 飲料	食パン オムレツ 果物 飲料	食パン 春菊和え物 果物 飲料	牛乳パン しろ菜の中華風煮浸し 果物 飲料	食パン オムレツ 果物 飲料	パン きのこの和え物 果物 飲料	食パン ちくわの炒め物 果物 飲料
昼食	A ご飯 とんかつ卵とじ  きのこガーリックレー いんげんの和え物 味噌汁	ご飯 アジの南蛮漬  冬瓜の煮物 ナムル 味噌汁	ご飯 きじ焼き丼  キャベツ煮浸し とろろ汁 すまし汁	ご飯 カレーライス  スナップサラダ 果物	焼豚チャーハン  肉団子の甘酢 点心 デザート 中華スープ	ご飯 ピーフンの炒め物  ミニ肉じゃが しろ菜のドレッシング和え 味噌汁	ご飯 ぶりの照り焼き  茄子の煮物 わらのドレッシング和え 味噌汁
	B 				ご飯 豚と冬瓜の煮物 	ご飯 ひじき煮 漬物 中華スープ	ご飯 鶏のマタド 焼き  茄子の煮物 わらのドレッシング和え 味噌汁
夕食	ご飯 鯖のネギ味噌焼き れんこんの金平 かぼちゃサラダ すまし汁	ご飯 肉吸い じゃが芋煮 小松菜和え物	ご飯 白身魚の塩麹焼き 大根の炒め物 わかめの酢の物 味噌汁	ご飯 鶏のマタド 焼き きのこ卵とじ かぶりのトマト煮 白菜和え物 すまし汁	ご飯 赤魚のミニエル かぶりのごま和え 白菜和え物 コンソメスープ	ご飯 五目卵焼き 切干大根炒め 春菊ポン酢和え すまし汁	ご飯 豆腐の加加あん 南瓜の煮物 春雨サラダ 中華スープ



■焼豚■

焼豚といえば調理過程でタコ糸でお肉を縛るのが一般的ですが、これは調理中の型崩れを防ぐ・肉汁や旨味をお肉に閉じ込める役割を果たしています。お肉に直接触れ、高温調理に使用することを考えると、純綿で耐熱性があり、太さや強度を兼ね備えたタコ糸が最適とされています。

写真はイメージです。