



# 献立表



スパー・コート武庫之荘

		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 スナップ 和え物 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 とんかつ卵とし 	ご飯 アジの南蛮漬 	ご飯 きじ焼き丼 	ご飯 カレーライス 	焼豚チャーハン 	ご飯 ビーフンの炒め物 	ご飯 ぶりの照り焼き 
		きのこがーリック和え いんげんの和え物 味噌汁	冬瓜の煮物 ナムル 味噌汁	キャベツ煮浸し とろろ汁 すまし汁 <b>鶏の日</b>	スナップサラダ 果物	肉団子の甘酢 点心 デザート 中華スープ <b>ごちそうメニュー</b>	ミニ肉じゃが しろ菜のドレッシング和え 味噌汁 <b>焼きビーフンの日</b>	茄子の煮物 か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 鶏のマスタード焼き 
						ひじき煮 漬物 中華スープ		茄子の煮物 か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 れんごんの金平 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 鶏のマスタード焼き きのこ卵とし かひろのごま和え すまし汁	ご飯 赤魚のムニエル かぶのトト煮 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 豆腐のかかああん 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。