

週間献立表

	3月25日 月曜日	3月26日 火曜日	3月27日 水曜日	3月28日 木曜日	3月29日 金曜日	3月30日 土曜日	3月31日 日曜日
朝食	和食 ご飯 しる菜和え物 かぶのあんかけ 味噌汁 パン	ご飯 スナッパの甘辛炒め 白菜のドレ和え 味噌汁 パン	ご飯 小松菜の和え物 大豆と昆布のうま煮 味噌汁 パン	ご飯 炒り卵 青梗菜の和え物 味噌汁 ツイストパン	ご飯 パンプキンサラダ 豆腐の甘辛炒め 味噌汁 パン	ご飯 スナッパの炒め物 ピーマンの和え物 味噌汁 パン	ご飯 大根の炒め煮 金時豆 味噌汁 パン
	洋食 しる菜和え物 果物 飲料	スナッパの甘辛炒め 果物 飲料	小松菜の和え物 果物 飲料	炒り卵 果物 飲料	パンプキンサラダ 果物 飲料	スナッパの炒め物 果物 飲料	大根の炒め煮 果物 飲料
昼食	A ボルシチ風	ちゃんぽん	厚揚げと海老の炒め物	鶏肉と里芋の甘辛炒め	カレーうどん	親子丼	散らし寿司
	B ロシアグルメ 			鶏の目 		 カレイの磯辺蒸し 	
	いんげんのソテー 根菜サラダ	なすの和え物	かぶの炒め煮 春菊の昆布和え 味噌汁	冬瓜の煮物 オクラの和え物 すまし汁	小松菜のドレ和え	じゃが芋ソテー オクラの甘酢和え 味噌汁	なすのソテー わかめサラダ 味噌汁
* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物はつきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。							
夕食	ご飯 鱈の野菜あんかけ 厚揚げ炒め きんとき豆 すまし汁	ご飯 玉子巻き寿司キンパ風 高野豆腐の卵とじ 青梗菜のドレ和え 味噌汁	ご飯 豚肉のボン酢蒸し もやしの炒め物 しる菜のおかか和え すまし汁	ご飯 鮭フライ 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	ご飯 カレイの中華風蒸し あんかけ餃子 しる菜のドレ和え スープ	ご飯 魚の変わり揚げ 厚揚げの炒め煮 ごぼうサラダ すまし汁	ご飯 味噌肉豆腐 もやしのガーリックソテー いんげんの和え物 すまし汁

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

■巻き寿司の起源■

「巻鮓(まきずし)」の文字が初めてでくのは、1750年に刊行された料理本『料理山海郷』。
その後、1776年刊の料理本『新撰献立部類集』には、「すだれに浅草海苔、フグの皮、または網を敷いて上に飯を置き、
魚を並べて、すだれごと巻く」「紙に敷いた場合には紙を取り、小口から切る」とあるように、ほぼ今日的なスタイルの巻寿司が登場します。
さらに、1802年刊の料理本『名飯部類』で、いろいろな種類の巻寿司が紹介されていることから、
巻寿司は江戸中期の1750～1776年の間に生まれ、1783年頃に一般化したと考えられています。

