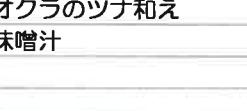




# 献立表

スーパー・コ-ト武庫之荘

|    | 2/2 (月)  | 2/3 (火)   | 2/4 (水)   | 2/5 (木)   | 2/6 (金)  | 2/7 (土)  | 2/8 (日)  |
|----|--|---|---|---|--|--|--|
| 朝食 | 和食<br>ご飯<br>しろ菜ソテー <sup>1</sup><br>おかか和え<br>味噌汁  | ご飯<br>ポテトサラダ<br>ブロッコリーソテー <sup>2</sup><br>味噌汁   | ご飯<br>白菜の煮浸し<br>青菜サラダ<br>味噌汁  | ご飯<br>茄子の炒め物<br>かぼちゃサラダ<br>味噌汁  | ご飯<br>ブロッコリーソテー <sup>3</sup><br>ひじき煮<br>味噌汁  | ご飯<br>オムレツ<br>かブロッコリーソテー <sup>4</sup><br>味噌汁   | ご飯<br>しろ菜和え物<br>かぼちゃサラダ<br>味噌汁   |
|    | 洋食<br>食パン<br>しろ菜ソテー <sup>5</sup><br>果物<br>飲料   | 食パン<br>ポテトサラダ<br>果物<br>飲料   | 食パン<br>白菜の煮浸し<br>果物<br>飲料   | レーズンパン<br>茄子の炒め物<br>果物<br>飲料  | 食パン<br>ブロッコリーソテー <sup>6</sup><br>果物<br>飲料  | パン<br>オムレツ<br>果物<br>飲料   | 食パン<br>しろ菜和え物<br>果物<br>飲料  |
| 昼食 | A<br>おにぎり<br>わかめうどん<br> | ご飯<br>玉子巻き寿司<br> | ご飯<br>カレイの揚げ煮<br> | ご飯<br>肉じゃが<br> | 大人のお子様ランチプレート<br>(グラタン、ナポリタンなど)<br> | ご飯<br>ビーフと厚揚げ和風煮<br>          | ご飯<br>鮭のピリ辛焼き<br>       |
|    | キャベツ梅和え<br>れんこん煮物<br>大豆煮<br>すまし汁   | れんこん煮物<br>大豆煮<br>すまし汁   | カリフラワーのピリ辛炒め<br>菜の花の甘酢和え<br>すまし汁  | ピーマンの炒り煮<br>ほうれん草のおひたし<br>味噌汁   | パンプキンスープ<br>デザート<br>                | 白菜さっと煮<br>オクラのツナ和え<br>味噌汁<br> | 大豆の煮物<br>すまし汁<br>果物<br> |
| 夕食 | <b>節分</b>  |   |   |   | ごちそうメニュー   |  |  |
|    | B<br>                   |   |   |   | ご飯<br>たらのムニエル<br>                  | おにぎり<br>ジャージャー麺<br>          |  |
|    | ご飯<br>鶏つくね焼き<br>冬瓜の煮物<br>青梗菜和え物<br>味噌汁   | ご飯<br>鯖の塩焼き<br>煮奴<br>オクラの和え物<br>味噌汁   | ご飯<br>力二玉風<br>含め煮<br>小松菜和え物<br>中華スープ  | ご飯<br>鶏のマスタード焼き<br>さつまいもさんぴら<br>しろなサラダ<br>すまし汁  | ご飯<br>豚肉オイスター炒め<br>かぶの炒め物<br>春雨サラダ<br>味噌汁  | ご飯<br>アジの南蛮漬<br>高野豆腐の煮物<br>里芋のサラダ<br>すまし汁  | ご飯<br>豚肉の生姜炒め<br>冬瓜のあんかけ<br>なすの和え物<br>味噌汁  |



## ■ナポリタン■

ナポリタンは戦後の日本で生まれたパスタ料理です。日本の食文化に慣れていた米兵たちが、駐留中に食べていたケチャップを和えたスパゲッティに着想を得て、横浜のホテルや洋食店から現在のナポリタンの原型が生まれたとされています。

写真・イラストはイメージです。