



献立表



スパー・コート武庫之荘

		1/12 (月)	1/13 (火)	1/14 (水)	1/15 (木)	1/16 (金)	1/17 (土)	1/18 (日)
朝食	和食	ご飯 青梗菜ソテー オクラ和え物 味噌汁	ご飯 小松菜の和風和え カリフラワーの炒め物 味噌汁	ご飯 ひじき煮 マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 南瓜サラダ もやし炒め 味噌汁	ご飯 かぶ中華和え 金平ごぼう 味噌汁	ご飯 じゃが芋とウィンナーの洋風炒め きのこの和え物 味噌汁	ご飯 玉ねぎ和風炒め しろ菜の和え物 味噌汁
	洋食	食パン 青梗菜ソテー 果物 飲料	食パン 小松菜の和風和え 果物 飲料	食パン ひじき煮 果物 飲料	クリームエスカルゴ 南瓜サラダ 果物 飲料	食パン かぶ中華和え 果物 飲料	パン じゃが芋とウィンナーの洋風炒め 果物 飲料	食パン 玉ねぎ和風炒め 果物 飲料
昼食	A	ご飯 玉子巻き寿司  大豆の煮物 春菊のおひたし 味噌汁	ご飯 姫路おでん  だし巻き卵 ほうれん草のごま和え 味噌汁 兵庫グルメ	ご飯 木の葉丼  金平れんこん 白菜甘酢和え すまし汁	小豆粥  鯖の酒蒸し 厚揚げ煮 しろなの和え物 すまし汁 小正月	海鮮散らし  酢の物 茶碗蒸し 赤だし ごちそうメニュー	ご飯 豚丼  煮奴 キャベツサラダ 味噌汁	ご飯 メンチカツ  がんもの煮物 菜の花の和え物 すまし汁
	B					ご飯 ぶりの照り焼き  酢の物 ひじき煮 赤だし	おにぎり 焼きうどん  キャベツサラダ 味噌汁	ご飯 魚のごま味噌焼き  がんもの煮物 菜の花の和え物 すまし汁
夕食		ご飯 豚肉カレー炒め ごぼうおかか煮 スナッパの和風和え すまし汁	ご飯 ハバークマトリクス もやしソテー しろ菜和え物 すまし汁	ご飯 白身魚の野菜あんかけ 南瓜バターソテー 青菜からし和え 味噌汁	ご飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草の胡麻和え 里芋のサラダ 味噌汁	ご飯 鶏大根 インゲンの炒め物 花野菜ドレ和え すまし汁	ご飯 赤魚香味ソース 里芋煮 ほうれん草のドレ和え すまし汁	ご飯 鯖ピリ辛焼き カリフラワーのさっと煮 春雨のサラダ 味噌汁



■姫路おでん■

「姫路おでん」は生姜醤油で味わうおでんの総称です。姫路おでん普及委員会が定める定義では「お皿の上から生姜醤油をかける」のも「生姜醤油を小皿に入れて、つけて食べる」のもどちらも姫路おでん。おでん出汁にも決まりはなく、濃く甘い味付けでも、優しい薄味でも、生姜醤油で食べるおでんは全て姫路おでんになるそうです。

写真はイメージです。