



献立表



スパー・コート豊中桃山台

		3/2 (月)	3/3 (火)	3/4 (水)	3/5 (木)	3/6 (金)	3/7 (土)	3/8 (日)	
朝食	和食	ご飯 小松菜の和え物 スナップの炒め物 味噌汁	ご飯 ウィンナーソテー オクラ和え物 味噌汁	ご飯 茄子の炒め煮 マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 小松菜ソテー しろ菜サラダ 味噌汁	ご飯 オムレツ ごま和え 味噌汁	ご飯 野菜炒め オクラの和え物 味噌汁	ご飯 菜の花さっと煮 もやしの和え物 味噌汁	
	洋食	食パン 小松菜の和え物 果物 飲料	食パン ウィンナーソテー 果物 飲料	食パン 茄子の炒め煮 果物 飲料	カスタードロール ほうれん草ソテー 果物 飲料	食パン オムレツ 果物 飲料	パン 野菜炒め 果物 飲料	食パン キャベツさっと煮 果物 牛乳	
昼食	A	ご飯 カレー煮つけ 	ご飯 ひな散らし 	ご飯 わかめそば 	ご飯 鶏のトマト煮 	ご飯 海老天丼 	ご飯 太刀魚生姜煮 	ご飯 鯖の西京焼き 	
		ブロッコリーソテー 白菜リダ 味噌汁	高野豆腐の含め煮 しろなの旨塩和え 赤だし 桃の節句	小松菜の和え物	キャベツの煮浸し なすの和え物 すまし汁	冬瓜煮 赤だし デザート ごちそうメニュー	大根の煮物 キャベツリダ 味噌汁	竹輪の煮物 もやしの和え物 すまし汁 鯖の日	
	B						ご飯 タラ柚子あん 		
							冬瓜煮 赤だし 		
夕食	ご飯 豚肉の和風炒め 南瓜の煮物 いんげんの和え物 すまし汁	ご飯 魚の野菜あん チャプチェ風 かぶの甘酢和え 味噌汁	ご飯 Itと豆腐の和風とろみ煮 冬瓜の金平風炒め 青梗菜のり和え すまし汁	ご飯 鮭の幽庵焼き かぶのソテー ブロッコリーのドレ和え 味噌汁	ご飯 和風ハンバーグ ピーマン炒め物 からし和え 味噌汁	ご飯 厚揚げの中華炒め 煮浸し わかめと春雨の中華和え すまし汁	ご飯 オープンオムレツ 茄子トマト煮 かぼちゃサラダ コンソメスープ		



■海老■

海老は長寿を祝う縁起のいい食材として有名ですが、海老の寿命は種類によって大きく異なり、短いものと車海老の寿命が1~3年程度です。最も長生きする海老はロブスターで、脱皮する際に内臓を新しくしていることから、生物学的には寿命がないと考えられています。

写真・イラストはイメージです。