



# 献立表



ス・パ・ー・コ・ト豊中桃山台

		12/15 (月)	12/16 (火)	12/17 (水)	12/18 (木)	12/19 (金)	12/20 (土)	12/21 (日)
朝食	和食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
		しろ菜和え物	マカロニソテー	スナップの炒め物	もやしの炒め物	スラッパ ルイッガ	小松菜のソテー	かぶの炒め煮
		厚焼き卵	青梗菜の和え物	パンプキンサラダ	オクラ和え物	しろ菜の和え物	うずら豆	白菜のドレ和え
		味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	洋食	食パン	食パン	食パン	ツイストパン	食パン	パン	食パン
		しろ菜和え物	マカロニソテー	スナップの炒め物	もやしの炒め物	スラッパ ルイッガ	小松菜のソテー	かぶの炒め煮
		果物	果物	果物	果物	果物	果物	果物
		飲料	飲料	飲料	飲料	飲料	飲料	飲料
昼食		ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
		豚汁うどん	ブリ大根	きつねそば	カレーの煮付け	豚肉のしぐれ煮	塩梅カレー	海老カツ
								
		スナップの中華和え	里芋の味噌がらめ	ほうれん草のしらす和え	厚揚げの炒め物	南瓜の甘辛炒め		冬瓜の煮物
	* 旬ふり *		小松菜のドレ和え		大根サラダ	小松菜のドレ和え	サラダ	ピーマン炒め
			すまし汁		味噌汁	すまし汁	デザート 塩梅カレー	すまし汁
夕食		ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
		鯖ムニエル	鶏の生姜焼き	柳川風	和風ロールキャベツ	赤魚の粕漬け焼き	五目たまご焼き	鯖のみぞれ煮
		南瓜洋風煮	がんもの煮物	しろ菜ソテー	じゃが芋炒め	南瓜煮物	じゃがいも山椒煮	炒り豆腐
		ピーマンのうま塩和え	菜の花の辛子和え	うぐいす煮豆	わかめサラダ	根菜サラダ	もやしドレ和え	ほうれん草の和え物
		コンソメスープ	味噌汁	すまし汁	すまし汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁



## ■ぶり■

ぶりは大きさによって名前が異なる「出世魚」として有名ですが、その名前は地域によって様々です。関西での一般的な呼び名は、約10～30cmサイズだと「ツバス」、約30～40cmサイズは「メジロ」、約40～60cmサイズは「ハマチ」で、60cm超えのサイズを「ブリ」と呼ぶそうです。

写真はイメージです。