



献立表



スーパーコート豊中桃山台

		11/10 (月)	11/11 (火)	11/12 (水)	11/13 (木)	11/14 (金)	11/15 (土)	11/16 (日)
朝食	和食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
		しろ菜の和え物	小松菜の和風和え	ピーフンの炒め物	マカロニサラダ	ほうれん草のソテー	じゃが芋とワインナーの洋風炒め	かぶ中華和え
		うずら豆	カリフラワーの炒め物	ブロッコリー炒め	もやし炒め	金平ごぼう	きのこの和え物	大豆と昆布の旨煮
		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	クリームエスカルゴ	食パン	パン	食パン
		しろ菜の和え物	小松菜の和風和え	ピーフンの炒め物	マカロニサラダ	ほうれん草のソテー	じゃが芋とワインナーの洋風炒め	かぶ中華和え
		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	A	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	大穴子天丼	ご飯	ご飯
		ハヤシライス	鮭の幽庵焼き	卵あんかけうどん	塩ラーメン		牛丼	メンチカツ
		さつま芋サラダ	炊き合わせ	ほうれん草のドレ和え	しろ菜のナムル	酢の物	煮奴	がんもの煮物
		デザート	大根の梅肉和え			茶碗蒸し	春菊のおひたし	菜の花の和え物
			味噌汁			赤だし	味噌汁	すまし汁
		鮭の日				ご飯 アジの塩焼き		
夕食	B							
		ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	酢の物		
		赤魚の有馬煮	豆腐ハンバーグ	太刀魚の照り焼き	鶏肉の生姜焼き	豚バラ大根	カレイのタルタル焼き	鰯ピリ辛焼き
		筍とわかめの煮物	里芋煮	スナップエンドウ煮	厚揚げ煮	インゲンの炒め物	もやしソテー	カリフラワーのさっと煮
		スナップの和風和え	ほうれん草の胡麻和え	れんこんの甘酢和え	里芋のサラダ	花野菜ドレ和え	しろなの和え物	春雨のサラダ
		すまし汁	すまし汁	味噌汁	味噌汁	すまし汁	すまし汁	味噌汁



■幽庵焼き■

幽庵焼きとは、美食家としても知られていた江戸時代の茶人「北村祐庵」が考案したことが始まりとされており、醤油とみりん、お酒、柑橘類の果汁などで作られる「幽庵地」というタレに漬けて焼いた魚料理です。

写真はイメージです。