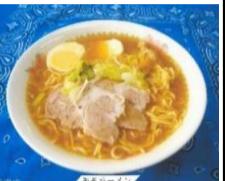
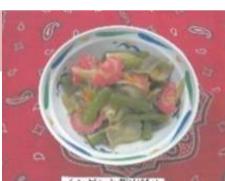
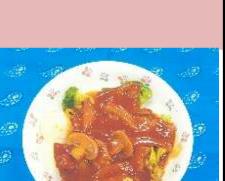
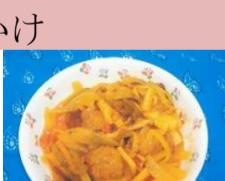


週間予定献立表

希望学園

	朝食	昼食	夕食
1/12 (月)	<p>はくはん 白飯</p> <p>きやべつ しる キャベツとしめじのみそ汁</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>こぼう きんぴら 牛蒡の金平</p> <p>なつとう おくら 納豆(オクラ)</p> <p>びるくる ピルクル</p> 	<p>ら一めん みそラーメン</p> <p>きりぼし 切干とひじきサラダ</p> <p>みかん れいすい 冷水</p> 	<p>せきはん 赤飯</p> <p>じる すまし汁(ゆば) はるまき 春巻</p> <p>さしみ 刺身(サーモン・ホタテ)</p> <p>ちゃわん む 茶碗蒸し</p> 
1/13 (火)	<p>はくはん 白飯</p> <p>みずな しる 水菜とえのきのみそ汁</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>いんげん ぶたにくいた インゲンと豚肉炒め</p> <p>づくだに のり佃煮</p> <p>びるくる ピルクル</p> 	<p>はくはん 白飯</p> <p>たますい ぶ。 かき玉スープ</p> <p>とりにく たれや 鶏肉のタレ焼き</p> <p>やさい つな なむる 野菜とツナのナムル</p> 	<p>ごこまい 五穀米ごはん</p> <p>こうやどうふねぎ しる 高野豆腐とネギのみそ汁</p> <p>ほきのチーズ焼き</p> <p>やさい かれいふうみいた 野菜のカレー風味炒め</p> <p>きうい キウイ</p> 
1/14 (水)	<p>はくはん 白飯</p> <p>だいこん しる 大根とあげのみそ汁</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>もやしのあんかけ炒め</p> <p>なつとう み 納豆(しその実)</p> <p>びるくる ピルクル</p> 	<p>たぬきそば</p> <p>うめ 梅ちりおにぎり</p> <p>なめ茸和え(小松菜)</p> <p>じょあ (ますかつと) ジョア(マスカット)</p> 	<p>ぶたき むちどん 豚キムチ丼</p> <p>とうふ 豆腐とふのりのすまし汁</p> <p>くるみ和え(白菜)</p> <p>おれんじ オレンジ</p> 
1/15 (木) 藤井さん メニュー	<p>はくはん 白飯</p> <p>はくさい こまつな しる 白菜と小松菜のみそ汁</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>あぶらいた わらびの油炒め</p> <p>にまめ 煮豆</p> <p>ばなな バナナ</p> 	<p>かつかれー カツカレー</p> <p>きやべつ さらだ キャベツとじゃこサラダ</p> <p>らっきょう れいすい 冷水</p> 	<p>はくはん 白飯</p> <p>しる たまねぎ わかめ みそ汁(玉葱・若布)</p> <p>だいこんふう ぶり大根風</p> <p>ちくわ うめあ もやしと竹輪の梅和え</p> <p>あかかっぱ 赤カツパ</p> 
1/16 (金) ドレッシング セレクト	<p>はくはん 白飯</p> <p>まめふとねぎのみそ汁</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>どうふ 炒り豆腐</p> <p>なつとう うめ 納豆(梅)</p> <p>びるくる ピルクル</p> 	<p>ふれんちとーすと フレンチトースト</p> <p>ちよこでにっしゅ チョコデニッシュ</p> <p>いもみるくすーぶ じやが芋のミルクスープ</p> <p>かぼちゃサラダ</p> <p>フルーツミックスヨーグルト</p> 	<p>はくはん 白飯</p> <p>じる あら汁</p> <p>ちきんびかた チキンピカタ</p> <p>むしなすびりから 蒸しナスピリ辛だれ</p> <p>あお 青かつぱ</p> 
1/17 (土)	<p>はくはん 白飯</p> <p>みずな きやべつ しる 水菜とキャベツのみそ汁</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>だいこんいた 大根炒め</p> <p>ひとくち ま 一口にしん巻き</p> <p>ばなな バナナ</p> 	<p>はくはん 白飯</p> <p>こんそめすーぶ(コーン) コンソメスープ(コーン)</p> <p>ぼーくちやつぶ ポークチャップ</p> <p>まりね きのこマリネ</p> <p>あめかぶ和え(大根)</p> 	<p>はくはん 白飯</p> <p>なめことかぶのみそ汁</p> <p>にくだんごあまづ 肉団子の甘酢あんかけ</p> <p>たまご にらの卵とじ</p> <p>あ しらす和え(青梗菜)</p> 
1/18 (日)	<p>はくはん 白飯</p> <p>ねぎ しる かぼちゃとネギのみそ汁</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ほばいそてー ホバイソテー</p> <p>こなごつくだに 小女子佃煮</p> <p>びるくる ピルクル</p> 	<p>さけ きのこばすた 鮭とキノコのパスタ</p> <p>やさい こーんちやうだー 野菜とコーンチャウダー</p> <p>ミニサラダ</p> <p>みかん</p> 	<p>はくはん 白飯</p> <p>とうふ ねぎ しる 豆腐とネギのみそ汁</p> <p>ぶたにく 豚肉のみそ焼き</p> <p>きゅうり 胡瓜とえびの酢の物</p> <p>うめざい 梅ザーサイ</p> 