





令和2年献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2	3	4	1	2
			鯖のカレーパン粉焼き きのこスパゲティ 五目豆煮 ポテトマスタードサラダ	豚となすのおろしポン酢 ビーフと高菜炒め 大根とこんにやくの田楽 きゅうりとしらすの酢の物
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
5	6	7	8	9
かにクリームコロッケ チンゲン菜とつみれの煮込み 大豆とオクラのごまあえ 炒り卵	タラの野菜あんかけ もやしと厚揚げの炒め物 ほうれん草のごまあえ かぼちゃサラダ	鶏の照り焼 小松菜とウインナーのソテー 大根のかにあんかけ 海藻サラダ	豚しゃぶごまだれ 高野豆腐の五目煮 野菜炒め ブロッコリーとツナのサラダ	ソースハンバーグ ナポリタン さつま芋の甘煮 切干大根の中華サラダ
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
12	13	14	15	16
鯖の塩焼き チンゲン菜の中華炒め いんげんのピーナッツあえ 金平ごぼう	豚のしょうが焼き ジャーマンポテト キャベツとはんぺんの炒め もやしの中華あえ	栗ごはん 白身魚フライ 大根と厚揚げの煮物 チンゲン菜とベーコンのソテー わかめときゅうりの酢みそあえ	鶏のトマト煮 焼きそば ぜんまい煮 さつま芋のサラダ	サラダロールフライ 豚と玉ねぎの甘酢あん ほうれん草のナムル 水菜サラダ
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
19	20	21	22	23
焼き栗コロッケ 枝豆がんと煮 揚げ茄子の浸し マカロニサラダ	天津井 白菜のわさびあえ 春巻き	肉団子の酢豚風 厚揚げときのこの炒めもの 切干大根煮 シーザーサラダ	油淋鶏(ユウリンチー) 塩野菜炒め ふきの含め煮 わかめと長芋の酢の物	たらの西京焼き じゃが芋のそぼろあん 卵の花 はるさめサラダ
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
26	27	28	29	30
あじのムニエル いんげんとハムのソテー しゅうまい ポテトサラダ	メンチカツ 野菜の炊き合わせ 小松菜と鶏の辛子しょうゆあえ コールスローサラダ	鶏のレモンオイル焼き チンゲン菜とツナのソテー じゃが芋とベーコンの炒めもの はるさめの酢の物	豚とキャベツのみそ炒め ちくわとこんにやくの甘辛煮 ひじきの中華あえ ブロッコリーとかにかまのサラダ	かぼちゃコロッケ シーフード炒め ほうれん草のおひたし パンバンジー

食材入手の関係上、メニュー内容が変更になる場合があります。ご了承ください。

※日付が  の日は、ご飯付きのみの注文となります。
 ※日付が  の日は、ご飯注文時、白米の代わりに混ぜご飯になります。

ワークホーム ぞら

TEL:0778-43-5510
 FAX:0778-21-5405
 ホームページアドレス
<http://www.rozankai.com>