

2015 年 11 月 メニュー



ご飯 みそ汁
肉じゃが
卵豆腐
青菜とハムのマヨポン和え
ワッフル 699kcal



豚汁風うどん
竹輪の磯辺揚げ
キャベツ梅おかか
どら焼き 647kcal



ご飯 中華スープ
さばの野菜あんかけ
南瓜のすりゴマ煮
青菜の中華風浸し
豆乳 699kcal



中華丼
春雨のスープ
シュウマイ
青梗菜のナムル
杏仁豆腐 670kcal



ご飯 けんちん汁
さんまのみぞれがけ
マカロニ野菜サラダ
小松菜の生姜昆布和え
りんご 704kcal

