

# 27年度 チーフのおすすめメニュー



7 月



ご飯 澄まし汁  
ミートローフ  
グリーンサラダ  
切り干し大根  
クリームブッセ

8 月



枝豆ご飯 梅ささみ汁  
揚げ出し豆腐夏野菜添え  
トマトの旬菜寄せ  
オクラの湯葉和え  
和菓子 645kcal

9 月



ご飯 わかめスープ  
揚げシュウマイ  
春雨サラダ  
杏仁豆腐  
659kcal

10 月



ご飯 みそ汁  
揚げ茄子ひき肉ソースかけ  
マカロニサラダ  
若芽のぬた  
柿 696kcal

11 月



カレーピラフ スープ  
豚肉ときのこの煮込み添え  
フレンチサラダ  
紅茶のパウンドケーキ  
594kcal

12 月



ご飯 みそ汁  
おむれつ (ひき肉ソース)  
ひじきの煮物  
さつま芋のきんとん

718kcal

1 月



広東麺 (かんどん麺)  
シュウマイ  
若布と竹輪の生姜和え  
杏仁豆腐

688kcal

2 月



ご飯 みそ汁  
魚すき  
ほうれん草のマヨサラダ  
蒸しパン

685kcal

3 月



押し寿司 澄まし汁  
肉だんごの旨煮  
かぼちゃ寒天

640kcal

