



12月



1月

# ライト弁当 献立表



12月 18日(月)	12月 19日(火)	12月 20日(水)	12月 21日(木)	12月 22日(金)
網目入りハンバーグ クリームコロッケ コールスロー もやしとわかめの和え物 きゃべつの炒め物 果物、またはデザート	春巻 かに焼売 焼そば 切干大根の和え物 茎わかめの炒め物 果物、またはデザート	チキンカツ ウインナー 小袋カレー コールスロー きゃべつのサラダ ほうれん草の炒め物 果物、またはデザート	W海老フライ タルタルソース コールスロー マカロニサラダ もやしの煮物 果物、またはデザート	チーズつくね カレーコロッケ スパソテー 切干大根のサラダ ブロッコリーのスープ煮 果物、またはデザート
12月 25日(月)	12月 26日(火)	12月 27日(水)	12月 28日(木)	12月 29日(金)
アジフライ ハムステーキ コールスロー マカロニサラダ きゃべつの炒め物 果物、またはデザート	鶏野菜きのこの玉子焼き メンチカツ コールスロー きゃべつの和え物 じゃが芋のピリ辛煮 果物、またはデザート	ほうれん草クリームオムレツ から揚げ スパソテー 切干大根のナムル 蓮根の炒め物 果物、またはデザート	サーモンタルタルフライ 揚げ餃子の甘酢和え コールスロー ごぼうのごま和え 蒟蒻の煮物 果物、またはデザート	北海道チーズコロッケ フランク コールスロー マカロニサラダ 切干大根煮 果物、またはデザート
1月 1日(月)	1月 2日(火)	1月 3日(水)	1月 4日(木)	1月 5日(金)
お休みです			ごろごろイカメンチ 肉野菜巻 スパソテー コーンのポテトサラダ 竹の子と小松菜の炒め物 果物、またはデザート	いわしフライ 肉団子 スパソテー 枝豆とひじきのサラダ ブロッコリーのスープ煮 果物、またはデザート

