



ライト弁当 献立表



12月 16日(月)	12月 17日(火)	12月 18日(水)	12月 19日(木)	12月 20日(金)
カレーソースハンバーグ イカカツ コールスロー	オマールエビ入りクリームコロッケ プレーンオムレツ コールスロー	白身しんじょうの天ぷら ハムステーキ ケチャップスパ	ふっくらかに玉 メンチカツ コールスロー	アジフライ タルタルソース 肉団子 コールスロー
もやしのごま和え	マカロニサラダ	凍り豆腐の煮物	きゃべつともやしのゆかり和え	もやしとわかめの塩ダレ炒め
小松菜の煮浸し	蓮根のバター醤油炒め	梅ザーサイ	茎わかめのピリ辛炒め	ポテトサラダ
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート

12月 23日(月)	12月 24日(火)	12月 25日(水)	12月 26日(木)	12月 27日(金)
W海老フライ ふりかけ コールスロー	ささみチーズフライ あおさ入り海鮮ステーキ コールスロー	Wチキンカツ カレーソース コールスロー	トマトペンネグラタン メンチカツ コールスロー	から揚げ チヂミ コールスロー
春雨の和え物	人参ごま和え	もやしとオクラのお浸し	菜の花と春雨のツナ和え	きゃべつとかにかまの和え物
きゃべつの炒め物	マカロニの炒め物	蓮根の味噌バター炒め	切干大根の洋風煮	小松菜とザーサイの炒め物
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート

