



ライト副食 献立表



10月 6日(月)	10月 7日(火)	10月 8日(水)	10月 9日(木)	10月 10日(金)
ハンバーグオムレツ 海老フライ きゃべつの和え物 他	挽肉カレー コロッケ ひじきの煮物 他	俵型メンチカツ 海鮮焼売 チンゲン菜の中華炒め 他	グリルチキンステーキ のり塩コロッケ 切干の梅肉和え 他	くわい入りつくね 蓮根海鮮詰フライ 春雨サラダ 他
10月 13日(月)	10月 14日(火)	10月 15日(水)	10月 16日(木)	10月 17日(金)
おまかせ メニュー 	揚げ餃子(甘酢) さわらの塩焼 きゃべつのサラダ 他	ちくわの磯辺天 チキンピカタ 凍り豆腐のうま煮 他	たこカツ 肉焼売 茎わかめ 他	チーズ入りコロッケ 蓮根つくね きゃべつの炒め物 他

センターのお米は 6年度産の長野県産風さやかを使用しております。