

# 週の献立表

月

- ・ 魚春の巻付け
- ・ ほうれん草のおひたし
- ・ 播磨鶏のステーキ風
- ・ うの休食

火

- ・ 豆腐
- ・ じゃこめし
- ・ 肉はけうどん
- ・ ほうれん草のおひたし
- ◎ 全2回飯付き

水

- ・ つくねハンバーグ
- ・ ごま豆腐
- ・ 魚春の塩焼き
- ・ 金平ごぼう

木

- ・ ハヤシライス
- ・ ゆで玉子
- ・ クリーム豆腐
- ◎ 全2回飯付き
- ・ サラダ

金

- ・ 月夜田の生薑焼き
- ・ もやしナムル
- ・ アジフライ
- ・ ひじき