



こんだて



1月20日～2月2日

月	火	水	木	金	土	日
1月20日 557kcal 塩分2.9g 厚揚げの肉詰め ふろふき大根の味噌田楽 青菜としめじの和え物 フルーツ キャベツの味噌汁 原材料の一部に小麦を含む	1月21日 540kcal 塩分3.0g 鱈のマリネ 炒り豆腐 おかか和え 浅漬け 白菜の味噌汁 原材料の一部に卵、小麦を含む	1月22日 541kcal 塩分2.9g 鶏の味噌焼き 麩の柳川風 青菜のソテー ツナサラダ 春雨の清まし汁 原材料の一部に卵、小麦を含む	1月23日 536kcal 塩分2.9g 鰯の幽庵焼き 大根のそぼろあん なめ茸和え ブロッコリーと酢味噌和え もやしの味噌汁	1月24日 594kcal 塩分3.0g エビフライ 切り昆布煮 マカロニサラダ 白菜の風味漬け かぼちゃの味噌汁 原材料の一部に小麦、卵を含む	1月25日 580kcal 塩分2.9g 鯖の塩焼き スクランブルエッグ 辛子醤油和え ピクルス 根菜の味噌汁 原材料の一部に卵、乳を含む	1月26日 休み
1月27日 555kcal 塩分3.0g 鮭の塩こうじ焼き 豆腐あんかけ 野菜の胡麻和え 酢の物 のっぺい汁	1月28日 561kcal 塩分3.0g 鶏肉と白菜のクリーム煮 白滝の炒り煮 もやしの粒マスタード和え 大根サラダ みずなのすまし汁 原材料の一部に乳、小麦を含む	1月29日 569kcal 塩分3.0g 白身魚フライ 大根のフレーク煮 人参サラダ きつね和え 白菜の味噌汁 原材料の一部に小麦、卵を含む	1月30日 547kcal 塩分3.0g 豚の生姜焼き ブロッコリーとカニカマのドレッシング和え 炊き合わせ 塩もみ ハンペンと青菜の味噌汁	1月31日 566kcal 塩分3.0g 鯖の味噌煮 切り干し大根煮 青菜の黄味そぼろ キャベツのゆかり漬け 沢煮椀 原材料の一部に卵を含む	2月1日 572kcal 塩分3.0g 麻婆豆腐 南瓜のチーズ焼き もやしの生姜酢和え フルーツ 中華スープ 原材料の一部に乳を含む	2月2日 休み



ワークハウスドリーム 電話 260-6888

都合により、献立を変更することがございます。ご了承下さい。