



# 1.2月メニュー



こくりつわかさわんせいしょうねんしぜんの家

		No1	No2	No3
日付	1月	3. 6. 9. 12. 15. 18. 21. 24. 27. 30	1. 4. 7. 10. 13. 16. 19. 22. 25. 28. 31	2. 5. 8. 11. 14. 17. 20. 23. 26. 29
	2月	2. 5. 8. 11. 14. 17. 20. 23. 26. 29	3. 6. 9. 12. 15. 18. 21. 24. 27	1. 4. 7. 10. 13. 16. 19. 22. 25. 28
朝	主食1	ご飯（福井県産あきさかりorコシヒカリブレンド）	ご飯（福井県産あきさかりorコシヒカリブレンド）	ご飯（福井県産あきさかりorコシヒカリブレンド）
	主食2	ロールパン・食パン	食パン	食パン
	主食3	コーンフレーク	お粥（サケ・わかめ）	フルーツグラノーラ
	汁物1	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	主菜1	ボイルウインナー	ミニコロッケ	厚焼き玉子
	主菜2	オムレツ	スクランブルエッグ	フライドポテト（粗びきコショウ）
	副菜3	納豆	納豆	納豆
	サラダ1	コールスロー	コールスロー	コールスロー
	サラダ2	ポテトサラダ	マカロニサラダ	スパゲッティサラダ
	サラダ3	海藻サラダ	海藻サラダ	海藻サラダ
	サラダ4	カーネルコーン	カーネルコーン	カーネルコーン
	漬け物	漬け物・小梅	漬け物・小梅	漬け物・小梅
	その他	ふりかけ ジャム・マーガリン	ふりかけ ジャム・マーガリン	ふりかけ ジャム・マーガリン
	飲み物	オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・牛乳・コーヒー	オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・牛乳・コーヒー	オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・牛乳・コーヒー
昼	主食1	ご飯（福井県産あきさかりorコシヒカリブレンド）	ご飯（福井県産あきさかりorコシヒカリブレンド）	ご飯（福井県産あきさかりorコシヒカリブレンド）
	主食2	味噌ラーメン	とんこつラーメン	醤油ラーメン
	主食3	たまご雑炊	中華雑炊	もずく雑炊
	主菜1	イカカツ	キャベツメンチカツ	ささ身しそ巻きフライ
	主菜2	冬野菜とフォーのソテー	ソース焼きそば	焼うどんカレー風味
	副菜1	蒸しシュウマイ	肉団子のケチャップ絡め	水餃子
	副菜2	もやしとニンニクの芽のスタミナ炒め	いんげんとチキンの和風和え	揚げ茄子煮物
	サラダ1	コールスロー	コールスロー	コールスロー
	サラダ2	ブロッコリー	スイートエンドウ	カリフラワー
	サラダ3	キャロットジュリアン	豆苗	千切り大根
	漬け物	漬け物 若狭梅干	漬け物 若狭梅干	漬け物 若狭梅干
	デザート	フルーツ（バナナ）	フルーツ（グレープフルーツ）	フルーツ（リンゴ）
	飲み物	オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・牛乳・コーヒー	オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・牛乳・コーヒー	オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・牛乳・コーヒー
	主食1	ご飯（福井県産あきさかりorコシヒカリブレンド）	ご飯（福井県産あきさかりorコシヒカリブレンド）	ご飯（福井県産あきさかりorコシヒカリブレンド）
夕	主食2	ツナのニンニク醤油スパゲッティ	ナポリタンスパゲッティ	へしこ <small>と小松菜</small> の和風ペペロンチーノ
	主食3	ビーフカレー	チキンカレー	キーマカレー
	汁物	わかめスープ	クリームシチュー	中華スープ
	主菜1	チキンソースカツ（福井ソースカツ丼風）	ハンバーグデミグラスソース	鶏唐揚げ油淋鶏ソースがけ
	主菜2	サバの照り焼き	さんまの柳川風	蓮根シュウマイ
	副菜1	ジャーマンポテト	揚げ餃子	サバの塩焼き
	副菜2	高野豆腐のチゲ煮	キャベツとツナマヨサラダ	こんにゃくのきんぴら風
	サラダ1	めかぶともずく中華酢の物	青菜と油揚げのお浸し（小松菜）	マッシュポテト
	サラダ2	キャベツミックス	キャベツミックス	キャベツミックス
	サラダ3	カリフラワー	トマト	オクラ
	サラダ4	ミックスベジ	ミックスベジ	ミックスベジ
	漬け物	漬け物 福神漬 らっきょ	漬け物 福神漬 らっきょ	漬け物 福神漬 らっきょ
	デザート1	手作りブドウ蒟蒻ゼリーorオレンジ蒟蒻ゼリー	手作りブドウ蒟蒻ゼリーorオレンジ蒟蒻ゼリー	手作りブドウ蒟蒻ゼリーorオレンジ蒟蒻ゼリー
	飲み物	オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・コーヒー	オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・コーヒー	オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・コーヒー

※メニューには食物アレルギー（卵・大豆・乳製品・小麦など）を含む食品も使用しております。

アレルギー等の問合せ等は、事前に食堂へご相談ください。

※都合によりメニューが変更される場合があります。

※赤字の表示はあたらしいメニュー及び季節のメニューです。青字は地産及び、地元のメニューです。



TEL 0770-54-3345

FAX 0770-54-3412

