

1週間の
日替わり
献立
メニュー

完全調理済み冷凍パックを
湯煎するだけの簡単調理！

**食事加算制度対象
完全調理済み冷凍パック**

無料献立ダウンロードです。
旬のこだわり食材を利用しています。
完全調理済み冷凍パックでお届け、
おいしくて栄養のバランスがとれた、
安心安全なお食事です。できるだけ
無理なく、食べる喜びを感じながら
続けていただけるように工夫をこらした
内容になっております。



豚肉の生姜炒め 260kcal

定番の豚(肩ロース)の生姜焼きです♪千切生姜を
使い生姜の存在感も◎! ※生野菜はつきません



ハンバーグトマトソース 260kcal

ボリュームあるハンバーグにこだわりシェフ特製
トマトソースでどうぞ! ※生野菜はつきません。

月曜日



さんまの煮付け 356kcal

火曜日



オムレツ 192kcal

水曜日



ウィンナーと玉子の炒め物 113kcal

木曜日



筑前煮 126kcal

金曜日



大根と鶏肉の旨煮 116kcal

土曜日



鮭の塩焼き 149kcal

日曜日



チキンクリーム煮 126kcal

朝食

昼食

夕食



3色豆入り
トマトキーマカレー 172kcal



肉野菜炒め 144kcal



親子煮 116kcal



さばの味噌煮 349kcal



ささみチーズフライ 318kcal



麻婆豆腐 208kcal



中華風かに玉(丼) 120kcal



黒酢豚 142kcal



ハンバーグ
きのこデミソース 177kcal



豚肉と白いんげん豆
のトマト煮 245kcal



ロールキャベツ
(トマト) 167kcal



牛肉のすき焼き風 207kcal



焼肉 241kcal



ビーフシチュー
(温野菜別売り) 219kcal

※この献立は一例です。