こだわりシェフ

# 2024年04月01日～10日の献立

| | 朝食 | 昼食 | 夕食 |
|---|---|---|---|
| 1日(月) |  (改)ビビンバ丼の具<br>  (改)野菜のごま味噌煮 |  (改)鶏肉の蓮根はさみ生姜あん<br>  (改)ナスとベーコンの塩炒め |  (改)麻婆豆腐<br>  (改)竹の子しゅうまい |
| 2日(火) |  (改)鶏団子のみぞれ煮<br>  (改)彩り炒り豆腐 |  (改)アジの塩焼き<br>  (改)じゃが芋のそぼろあんかけ |  (改)焼肉<br>  (改)さつま芋の煮しめ |
| 3日(水) |  (改)豆腐ハンバーグおろしポン酢<br>  (改)茄子とこんにゃくの煮浸し |  (改)チキンステーキトマトソース<br>  (改)野菜のバジル炒め |  (改)厚揚げの煮物<br>  (改)海老の和風玉子とじ |
| 4日(木) |  (改)チキンとポテトの味噌だれ<br>  (改)あさりとキャベツのクリームシチュー風 |  (改)あじフライ<br>  (改)大根と椎茸の煮物 |  (改)豚肉の生姜炒め<br>  (改)さつま芋の甘露煮 |
| 5日(金) |  (改)飛龍頭のだしあんかけ<br>  (改)糸コンと鶏肉の煮物 |  (改)大根と鶏肉の旨煮<br>  (改)四色豆腐 |  (改)海老とブロッコリーのトマトクリーム<br>  (改)ポトフ風 |
| 6日(土) |  (改)鶏肉ときのこのレモンクリーム<br>  (改)野菜入りトマトビーンズ |  (改)肉野菜炒め<br>  (改)あさりと玉葱のにんにく醤油 |  (改)タラの中華風味噌ダレ<br>  (改)豆腐のチャンプルー |
| 7日(日) |  (改)アジと野菜の南蛮風<br>  (改)根菜のカポナータ風 |  (改)ウインナーと玉子の炒め物<br>  (改)高野豆腐のがめ煮 |  (改)ハンバーグ和風きのこソース<br>  (改)洋風けんちん煮 |
| 8日(月) |  (改)野菜のたまごよせきのこ醤油あんかけ<br>  (改)鶏豆腐 |  (改)3色豆入りトマトキーマカレー<br>  (改)あさりとじゃが芋のクリーム煮 |  (改)チキンステーキ照焼ソース<br>  (改)イカと大根の炒め煮 |
| 9日(火) |  (改)厚揚げの醤油あんかけ<br>  (改)大根と人参のそぼろ煮 |  (改)肉じゃが<br>  (改)野菜の柚子胡椒炒め |  (改)とんかつの玉子とじ<br>  (改)豆腐と春雨の旨煮 |
| 10日(水) |  (改)鶏団子のトマトクリーム煮込み<br>  (改)田舎煮 |  (改)豚肉と野菜のオイスター炒め<br>  (改)チリ豆腐 |  (改)さばの塩焼き<br>  (改)厚揚げの五目あんかけ |

株式会社　シルバーライフ
〒160-0023
東京都新宿区西新宿4-32-4ハイネスロフティ2階

0120-028-546 受付時間 9:00～18:00（月～土）