

忘年会献立

平成22年12月18日(土)
わかめ会

散らし寿司 (パルスweetカロリー0を使用)

かき雑炊 (牡蠣、だいこん、人参、ほうれん草、しめじ・卵)

お好み焼き(ムキエビ・イカ・きゃべつ・卵・カツオ・煮干だし)・ソース

揚げ物 (えび、白身魚、小麦粉、油、ピーマン)・レタス・トマト

味噌田楽 (こんにゃく、だいこん、豆腐) 味噌・パルスweet使用

サンドイッチ(パン・卵・ハム・きゅうり・マヨネーズ・辛子)

かぶらのシチュー(かぶら、人参、ブロッコリー、しめじ・ルー)

フルーツ盛り合わせ(みかん、りんご、バナナ)

キーウイゼリー (人工甘味料使用))

赤飯 ホーレン草のあえもの

焼き魚 (ブリ、塩) 1切れ・80kcal

大豆の磯揚げ (茹で大豆・青海苔・小麦粉・油)

ゆず大根(ダイコン・柚子・酢・パルスweet・塩昆布)

れんこんピクルス(カレー粉・酢・パルスweet)

豆サラダ (大豆、きゅうり、シーフレンド、マヨネーズ・ポン酢)

こんにゃくのキムチ炒め (糸こんにゃく・キムチ漬)

煮しめ (えび、れんこん、コーヤ、こんにゃく等)

※ 下線は折の中に。その他はお楽しみに

