

# 忘年会献立

平成25年12月14日(土)

わかめ会

雑炊 (ムキえび、だいこん、人参、にら、しめじ・卵)

揚げもの (白身魚、小麦粉、油、ピーマン)・レタス・トマト

味噌おでん (こんにゃく、大根・さつま揚げ) 味噌・パルスweet使用

冷奴(ねぎ・生姜)

サンドイッチ(パン・卵・ハム・きゅうり・マヨネーズ・辛子)

ポトフ(だいこん、人参、キャベツ・鶏肉・コンソメ)

豆乳ゼリー(寒天・豆乳・小豆) フルーツ(みかん)

甘酒で乾杯(麴・生姜・人工甘味料)充填

五目寿司 (パルスweetカロリー0を使用)

山菜おこわ ホーレン草のあえもの 焼き魚(ブリ)1切れ・80kcal

大豆の磯揚げ (茹で大豆・青海苔・小麦粉・油)

千枚漬(かぶら・人参・レモン・酢・パルスweet・昆布)

れんこんピクルス(カレー粉・酢・パルスweet)

黒豆(パルスweetでの味付け)

こんにゃくのキムチ炒め(糸こんにゃく・ピーマン・キムチ)

煮しめ (えび、コーヤ、こんにゃく、えんどう等)

※ 下線は折の中に。その他はお楽しみに

