

忘年会献立

平成29年 12月 20日(水)

わかめ会

雑炊（むきえび、だいこん、人参、ほうれん草、しめじ、卵）

揚げもの（白身魚、若鶏・小麦粉、油、ピーマン）

大豆スープ(大豆・人参・キャベツ・コンソメ)

グリーンサラダ(豆苗・ブロッコリー・トマト・たまご)

ニラチヂミ(ニラ・キャベツ・カツオ・ポン酢・ごま・豆板醤)

人参ゼリー(人参・寒天・パルスweet)

フルーツ(みかん)

五目寿司（パルスweetカロリー0を使用）

赤飯　ホーレン草のあえもの　焼き魚(ブリ)1切れ・・80kcal

揚げ茄子（なす・生姜）

千枚漬(かぶら・人参・レモン・酢・ラカント液体・昆布)

れんこんピクルス(カレー粉・酢・ラカント液体)

黒豆(味付けはパルスweet)

大根のナムル(だいこん・にんにく醤油・ごま油)

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

