

献立予定表

いこいの森・千里クリニック

	朝食		昼食	夕食
2月 14日 日曜日	ご飯 味噌汁 卵豆腐 ゆずみそ	パン スープ 卵豆腐 デザート	中華飯 (ら)八宝菜 なます 玉子スープ	蒸し鯖のおろしかけ ポークビーンズ ブロッコリーの生姜醤油和え
2月 15日 月曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 ふりかけ	パン スープ れんこん煮 デザート	鶏ももの梅煮 (ら)ハンバーグの梅煮 スパゲティナポリタン (ら)マカロニナポリタン 小松菜のお浸し	赤魚の醤油麹焼き 蒸し豆腐 きゅうりのサラダ
2月 16日 火曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 のり佃	パン スープ 人参煮 デザート	ぶりの治部煮 (ら)カラスカレイの治部煮 ジャーマンポテト 青菜のわさび和え	牛肉の柳川風 (ら)豚肉の柳川風 白菜のポン酢和え 豆腐の田楽
2月 17日 水曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 たいみそ	パン スープ 切干煮 デザート	鮭のちゃんちゃん焼き チンゲン菜の土佐煮 春雨サラダ (ら)大根サラダ	肉団子の甘酢あんかけ たまご焼き キャベツの生姜和え
2月 18日 木曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 ふりかけ	パン スープ 煮豆 デザート	ポークチャップ しらすおろし 根菜の煮物	あじのみそ煮 (特ら)カラスカレイのみそ煮 もずくのかき玉汁 ツナしばサラダ
2月 19日 金曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 ゆずみそ	パン スープ 里芋煮 デザート	さばの竜田揚げ甘酢あんかけ えびと豆腐の煮物 コールスローサラダ	鶏肉のしぐれ煮 半平の卵とじ ほうれん草のごま和え
2月 20日 土曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 卵風味ソース	パン スープ いんげん煮 デザート	和風おろしハンバーグ ひじきと金時豆煮 (ら)こんにゃくと金時豆煮 マカロニサラダ	さわらの西京焼き 大根と里芋煮 ピーマンと玉子の和えもの (ら)ブロッコリーと玉子の 和えもの

土曜日おやつ ホットケーキ