

献立予定表

いこいの森・千里クリニック

	朝食		昼食	夕食
5月 10日 日曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 ふりかけ	パン スープ れんこん煮 フルーツ	焼きそば (ら)肉野菜炒め きゅうりのわさび醤油和え かき玉汁	鯖のカレーマヨ焼き ひじきの煮物 もすくと山芋のお浸し
5月 11日 月曜日	ご飯 味噌汁 大根煮 たいみそ	パン スープ 大根煮 フルーツ	❀特別献立❀ 豆ご飯 牛肉と新じゃがの煮物 ごぼうの白みそ煮 かにと春キャベツのサラダ 豆腐の蒸し物 和菓子	ぶりの照り焼き (ら)カラスカレイの照り焼き 具だくさん汁 ほうれん草のごま和え
5月 12日 火曜日	ご飯 味噌汁 卵豆腐 のり佃	パン スープ 卵豆腐 フルーツ	回鍋肉 炊き合わせ きゅうりの梅肉和え	白身魚のムニエル オーロラソース 豆腐のとろみ煮 なすの生姜醤油和え
5月 13日 水曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 ふりかけ	パン スープ 里芋煮 フルーツ	鯖のピリ辛煮 ブロッコリーのツナマヨサラダ 大豆と野菜のカレー炒め	親子とじ 冷や奴 青菜の中華煮
5月 14日 木曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 ゆずみそ	パン 味噌汁 いんげん煮 フルーツ	豚肉のすき煮風 オープンオムレツ 酢のもの	鯖の味噌バター焼き 春雨と豆腐のスープ煮 ほうれん草のおろし和え
5月 15日 金曜日	ご飯 味噌汁 切干し煮 卵風味ソース	パン 味噌汁 切干し煮 フルーツ	鶏肉のソテー 香味ソースかけ (ら)ハンバーグの香味ソースかけ 豆腐の洋風炒め なすの小町和え	鯖の梅煮 かぼちゃのいとこ煮 キャベツのコールスローサラダ
5月 16日 土曜日	ご飯 味噌汁 ひじき豆 のり佃煮	パン スープ ひじき豆 フルーツ	カラスカレイの卵あんかけ 山芋のきんぴら スパゲティサラダ (ら)マカロニサラダ	牛肉の七味焼き (ら)鶏団子の七味焼き なめこ豆腐 (ら)なめたけ豆腐 パンプキンスープ

土曜おやつ

レア抹茶ケーキ