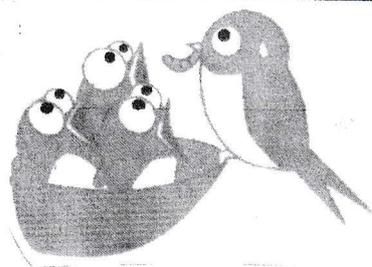


献立予定表

千里クリニック
いこいの森

平成31年4月 5 令和元年5月	朝		昼	夕
4 / 28 (日)	ごはん 味噌汁 大根煮 ゆずみそ	パン スープ 大根煮 フルーツ	ホタテとエビのチヤウダー (㊟やわらかエビの ---) 大根サラダ ひじきのさつぽり煮 (㊟ソフト大豆の ---)	肉団子の甘酢あん 玉子焼き 豆腐といんげんのおかか 和え
4 / 29 (月)	ごはん 味噌汁 卵豆腐 のり佃	パン スープ 卵豆腐 フルーツ	牛肉の味噌炒め (㊟やわらか豚肉の ---) 茄子の生姜あえ 卵とじ	魚介の煮付け ごま和え れんこん煮
4 / 30 (火)	ごはん 味噌汁 人参煮 ふりかけ	パン スープ 人参煮 フルーツ	魚春の西京焼き (㊟カラスカレイの ---) 豆腐のザーサイ炒め (㊟豆腐とカニかま炒め) 長芋のわさび和え	豚肉の生姜焼き (㊟やわらか鶏肉の ---) スペイン風オムレツ ほうれん草のごま和え
5 / 1 (水)	ごはん 味噌汁 里芋煮 たまごソース	パン スープ 里芋煮 フルーツ	鶏肉の梅みそ蒸し (㊟ソフト鶏肉の ---) 胡瓜とわかめの酢のもの (㊟やわらか酢のもの) 豆腐蒸し	魚介の照り焼き なすの煮物 キャベツのおかか和え
5 / 2 (木)	ごはん 味噌汁 やわらか煮豆 ふりかけ	パン スープ やわらか煮豆 フルーツ	ぶりの生姜焼き (㊟カラスカレイの ---) さつま芋煮 マカロニサラダ	鶏肉のマヨネーズ (㊟鶏野菜バーグ) 卵焼き チンゲン菜と麩のお浸し
5 / 3 (金)	ごはん 味噌汁 切り干し煮 たいみそ	パン スープ 切り干し煮 フルーツ	生姜ごはん 甘塩魚介 白菜と半平の煮浸し 胡瓜の昆布和え	豚肉のみそ煮 (㊟やわらか豚肉の ---) かぼちゃスープ 小町和え
5 / 4 (土)	ごはん 味噌汁 いんげん煮 ふりかけ	パン スープ いんげん煮 フルーツ	鯖の酢じょうゆ焼き 白和え じゃがのカレー炒め	チキンステーキ (㊟ソフト鶏の ---) ほうれん草の辛子和え 卵とじ



おやつ... 今川焼