

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
5月 12日 日曜日	ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 のり佃	パン スープ 厚揚げ煮 デザート	なすと豚肉のみそ炒め 人参のマリネ たまご焼き	ホタテとイカの酢豚風 ツナじゃが煮 ごま豆腐
5月 13日 月曜日	ご飯 味噌汁 たまご豆腐 ふりかけ	パン スープ たまご豆腐 デザート	さわらのねぎ味噌焼き 大豆のスープ煮 長芋のわさび醤油和え	牛焼き肉 (ら)豚焼き肉 エビ焼売 大根のなます
5月 14日 火曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 ゆずみそ	パン スープ 煮豆 デザート	チキンカツ なすの生姜じょうゆ和え 豆腐の旨煮	カラスカレイの照り焼き 白菜のおかか和え もずくのたまごのスープ
5月 15日 水曜日	ご飯 味噌汁 大根煮 ふりかけ	パン スープ 大根煮 デザート	豚肉の華風炒め 春雨サラダ (ら)カリフラワーのサラダ れんこんの土佐煮 (特ら)里芋の土佐煮	エビと豆腐のチリソース炒め 麩の卵とじ ほうれん草のとろろがけ
5月 16日 木曜日	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	ぶりのなべ照り (ら)カラスカレイのなべ照り 大根の梅マヨサラダ かぼちゃの含め煮	鶏もものしぐれ煮 (ら)やわらかつくねのしぐれ煮 キャベツのサラダ アジのつみれ汁
5月 17日 金曜日	ご飯 味噌汁 ひじき煮 たいみそ	パン スープ ひじき煮 デザート	カレー肉じゃが なすの生姜和え オープンオムレツ	さばの酢醤油焼き ほうれん草のごま和え 炒り豆腐
5月 18日 土曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 のり佃	パン スープ 里芋煮 デザート	あじのソテー野菜ソースがけ (特ら)カラスカレイのソテー マカロニサラダ 切り干し大根の煮物	他人とじ お吸い物 小松菜の酢みそ和え



土曜おやつ

ティラミスケーキ