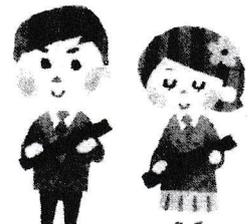
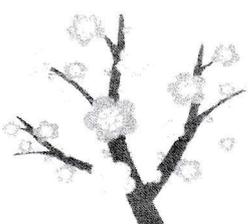
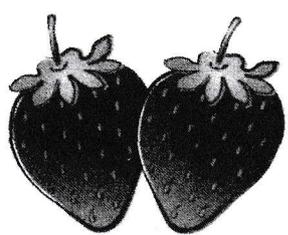


献立予定表

千里クリニック
いこいの森

平成 31年	朝	昼	夕	
3 / 17 (日)	ごはん 味噌汁 人参煮 のり佃	パン スープ 人参煮 フルーツ	スパゲティナポリタン (⑤マカロニ ---) ご飯少量 卵とじ 胡瓜とカニがサラダ	カラスカレイののり風味焼き 具沢山汁 白菜となめ草の生姜和え
3 / 18 (月)	ごはん 味噌汁 卵豆腐 たいみそ	パン スープ 卵豆腐 フルーツ	ぶりの照り焼き (⑤カラスカレイの ---) 野菜炒め 白和え	やわらか団子の中華煮 ブロッコリーのカニ玉あんかけ 胡瓜とツナのサラダ
3 / 19 (火)	ごはん 味噌汁 ひじき煮 (⑤ひじきサト煮) ふりかけ	パン スープ ひじき煮 (⑤ひじきサト煮) フルーツ	鶏肉のふんわり炒め コールスロー (⑤カリフラワーの ---) れんこんの土佐煮	鱈のヒリ辛煮 (⑤やわらかサワラの ---) きんぴら大根 しらす和え
3 / 20 (水)	ごはん 味噌汁 厚揚げ煮 (⑤豆腐煮) ゆずみそ	パン スープ 厚揚げ煮 (⑤豆腐煮) フルーツ	魚介フライ 豆腐の蒸しもの ごま生酢	鶏肉と里芋のバター(おゆ)炒め (⑤やわらか豚と ---) ごぼうの梅煮 ほうれん草のわさび和え
3 / 21 (木)	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	ミートローフ 酢みそ和え 玉子焼き	カラスカレイの野菜あんかけ ソフトいなり (⑤えび茶中) 茄子の浸し
3 / 22 (金)	ごはん 味噌汁 れんこん煮 たいみそ	パン スープ れんこん煮 フルーツ	鯖の竜田焼き 大根煮 春雨サラダ (⑤マカロニサラダ)	千キチキヤップ (⑤やわらか鶏の ---) 洋風白和え 五目豆 (⑤やわらか煮豆)
3 / 23 (土)	ごはん 味噌汁 人参煮 のり佃	パン スープ 人参煮 フルーツ	牛肉と長芋カレー炒め (⑤やわらか鶏と ---) 卵とじ キャバツのサラダ (⑤ブロッコリーの ---)	魚の照り焼き ほうれん草のごま和え 田楽



おやつ... 抹茶プリン