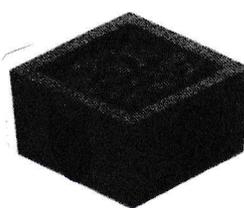


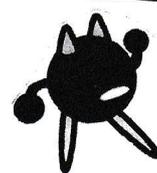
# 献立予定表

千里クリニック  
いこいの森

平成 31年	朝		昼	夕
2 / 3 (日)	ごはん 味噌汁 ごぼう煮 のり佃	パン スープ ごぼう煮 フルーツ	赤魚の煮付け (⑤カラスカレイの---) スパゲティサラダ (⑤マカロニ---) 豆腐のチャンプル	鶏肉の生姜焼き (⑤やわらかバーグの---) 南仏煮 春菊と大根のお浸し
2 / 4 (月)	ごはん 味噌汁 いんげん煮 ゆずみそ	パン スープ いんげん煮 フルーツ	牛肉とじゃがの煮物 (⑤やわらか鶏と---) ブロッコリーの辛子和え オーブンオムレツ	カラスカレイの味噌マヨムニエル 大根煮 ほうれん草白ず和え
2 / 5 (火)	ごはん 味噌汁 煮豆 (⑤やわらか煮豆) たいみそ	パン スープ 煮豆 (⑤やわらか煮豆) フルーツ	魚肝のレモンソース和え 春雨の炒めもの (⑤野菜炒め) かぶらのゆかり和え	親子とじ 具沢山汁 キャベツのマヨネーズ (⑤胡瓜の---)
2 / 6 (水)	ごはん 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	和風ハンバーグ ひじき煮 (⑤ひじきサンド煮) マカロニサラダ	魚肝の塩焼き 根菜のごま炒め 半平の酢みそ和え
2 / 7 (木)	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	鯖の甘辛煮 炒り豆腐 大根サラダ	豚肉の焼き肉風 春菊と卵の浸し 切り干し大根煮
2 / 8 (金)	ごはん 味噌汁 人参煮 のり佃	パン スープ 人参煮 フルーツ	(特別献立) ゆかりご飯 刺身・茶わんむし 白菜と豚の沢煮 かぼちやあんかけ 和菓子(水仙の練切 ⑤抹茶パン)	牛ごぼう (⑤牛ソミートごぼう) ソフトいなりのおろしかけ ほうれん草ナムル
2 / 9 (土)	ごはん 味噌汁 卵豆腐 ふりかけ	パン スープ 卵豆腐 フルーツ	魚肝の照焼き 大豆とベーコンのカレー炒め (⑤はがと小エビちゃんの---) 胡瓜のごま酢和え (⑤カリフラワーの---)	鶏肉の味噌炒め (⑤味噌風味鶏バーグ) 白菜のお浸し かき玉汁



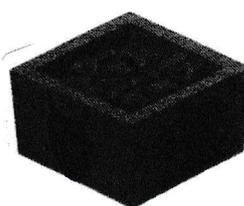
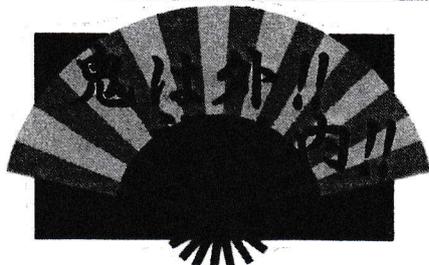
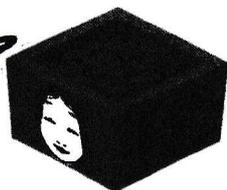
おやつ... ぜんざい



# 献立予定表

千里クリニック  
いこいの森

平成 31年	朝		昼	夕
2 / 3 (日)	ごはん 味噌汁 ごぼう煮 のり佃	パン スープ ごぼう煮 フルーツ	赤魚の煮付け (⑤カラスカレイの---) スパゲティサラダ (⑤マカロニ---) 豆腐のチャンプル	鶏肉の生姜焼き (⑤やわらかバーグの---) 南蛮煮 春菊と大根のお浸し
2 / 4 (月)	ごはん 味噌汁 いんげん煮 ゆずみそ	パン スープ いんげん煮 フルーツ	牛肉とじゃがの煮物 (⑤やわらか鶏と---) ブロッコリーの辛子和え オーブンオムレツ	カラスカレイの味噌マヨムニエル 大根煮 ほうれん草白す和え
2 / 5 (火)	ごはん 味噌汁 煮豆 (⑤やわらか煮豆) たいみそ	パン スープ 煮豆 (⑤やわらか煮豆) フルーツ	魚肝のレモンソース和え 春雨の炒めもの (⑤野菜炒め) かぶらのゆかり和え	親子とじ 具沢山汁 キャベツのマヨネーズ (⑤胡瓜の---)
2 / 6 (水)	ごはん 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	和風ハンバーグ ひじき煮 (⑤ひじきサント煮) マカロニサラダ	魚介の塩焼き 根菜のごま炒め 半平の酢みそ和え
2 / 7 (木)	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	鯖の甘辛煮 炒り豆腐 大根サラダ	豚肉の焼き肉風 春菊と卵の浸し 切り干し大根煮
2 / 8 (金)	ごはん 味噌汁 人参煮 のり佃	パン スープ 人参煮 フルーツ	(特別献立) ゆかりご飯 刺身・茶わんむし 白菜と豚の沢煮 かぼちゃあんかけ 和菓子(水仙の練切 ⑤抹茶パン)	牛ごぼう (⑤キノミートごぼう) ソフトいなりのおろしかけ ほうれん草ナムル
2 / 9 (土)	ごはん 味噌汁 卵豆腐 ふりかけ	パン スープ 卵豆腐 フルーツ	魚肝の照焼き 大豆とベーコンのカレー炒め (⑤はがと川エビちゃんの---) 胡瓜のごま酢和え (⑤カリフラワーの---)	鶏肉の味噌炒め (⑤味噌風味鶏バーグ) 白菜のお浸し かき玉汁



おやつ... ぜんざい

