

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
5月 28日 日曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 卵風味ソース	パン スープ 煮豆 デザート	ハヤシライス キャベツのサラダ 里芋煮	鮭のおろし煮 人参とツナのマリネ えび焼売 (ら)やわらか焼売
5月 29日 月曜日	ご飯 味噌汁 卵豆腐 ゆずみそ	パン スープ 卵豆腐 デザート	カラスカレイの南蛮漬け風 なすのおろし和え 豆腐の田楽	豚肉の他人とじ ほうれん草ともやしのナムル かぼちゃの生姜煮
5月 30日 火曜日	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	鶏肉のマーマレード焼き ツナじゃが煮 豆腐ときゅうりの梅肉和え	さばの照り煮 かき玉汁 チンゲン菜のわさび和え
5月 31日 水曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 ふりかけ	パン スープ 里芋煮 デザート	和風ミートローフ 根菜煮 なめこおろし (ら)なめ茸おろし	さわらの梅風味焼き オープンオムレツ キャベツのコールスローサラダ
6月 1日 木曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 たいみそ	パン スープ 人参煮 デザート	赤魚の煮付け ジャーマンポテト ほうれん草のお浸し	豚肉のチンジャオロース風 春雨サラダ (ら)カリフラワーのサラダ 厚揚げと大根の煮物
6月 2日 金曜日	ご飯 味噌汁 ひじき豆 ゆずみそ	パン スープ ひじき豆 デザート	あじの韓国風焼き (特ら)カラスカレイの韓国風焼き 山芋の煮物 たまごと半平のサラダ	牛肉のみそ焼き (ら)やわらかつくねのみそ焼き なすの炒め煮 もずく酢
6月 3日 土曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 ふりかけ	パン スープ 切干煮 デザート	チキンチャップ 里芋の白みそ煮 スパゲッティサラダ (ら)マカロニサラダ	さばのピリ辛ドレッシングがけ 大根とかいわれのサラダ 新玉ねぎの卵とじ

土曜おやつ

ピーチゼリー