

# 献立予定表

千里クリニック  
いこいの森

平成30年	朝		昼	夕
9 / 9 (日)	ごはん 味噌汁 いんげん煮 たいみそ	パン スープ いんげん煮 フルーツ	スパゲティミートソース (⑤マカロニミートソース) スープ サラダ	エビと豆腐の中華煮 焼売 なすのごま和え
9 / 10 (月)	ごはん 味噌汁 大豆煮 ふりかけ	パン スープ やわらかい <sup>ひやく</sup> 煮 フルーツ	ぶりのなべ照り (⑤鮭の...) 卵とじ オクラの昆布茶和え	鶏の照り焼き (⑤やわらかくねの...) かぼちや煮 冷奴
9 / 11 (火)	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	豆腐ハンバーグおろしソース ポテトサラダ なすの田舎煮	赤魚の煮付け (⑤カラスカレイの...) お浸し 煮豆(⑤大豆ボール煮)
9 / 12 (水)	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	カレー肉じゃが 冬瓜煮 盛合わせサラダ	甘塩鯖 豆腐のねり梅和え 金時豆煮
9 / 13 (木)	ごはん 味噌汁 れんこん煮 かり佃	パン スープ れんこん煮 フルーツ	カラスカレイの照焼き いんげんの卒子和え 春雨炒め (⑤大根炒め)	牛肉とごぼうの炒めもの 田楽 ブロッコリーサラダ
9 / 14 (金)	ごはん 味噌汁 切り干し煮 ゆずみそ	パン スープ 切り干し煮 フルーツ	<特別献立> 赤飯及ぶりの照焼き (⑤黒あつ...) 茶わんむし 酢の物の なすごぼうあん おかゆ大豆	豚肉の山椒焼き (⑤やわらかくねの...) 具沢山汁 人参サラダ
9 / 15 (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	筑前煮 大根の梅マヨサラダ 玉子焼き	白身魚の香味焼き 豆腐のゆず風味炒め いんげんのごまじょうゆ和え

おやつ... ホットケーキ