

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
7月 30日 日曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 たいみそ	パン スープ 人参煮 デザート	他人丼 もずくときゅうりの酢の物 小松菜のわさび和え	鮭の生姜焼き 煮大豆のおろしかけ さつま芋のレモン煮
7月 31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	鶏ももの和風マリネ オクラのごま和え 五目ひじき (ら)こんにゃくの五目煮	カラスカレイのおろしあんかけ 炒り豆腐 キャベツのサラダ
8月 1日 火曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 ゆずみそ	パン スープ いんげん煮 デザート	甘塩さばの盛り合わせ じゃがのチーズ焼き なすのお浸し	ホイコーロー しそじゃこ豆腐 切り干しツナのやわらか煮
8月 2日 水曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 のり佃	パン スープ 人参煮 デザート	牛肉のソース炒め (ら)鶏もものソース炒め 野菜サラダ 里芋の白みそ煮	あじの照り煮 (特ら)カラスカレイの照り煮 きんぴらごぼう ほうれん草のお浸し
8月 3日 木曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 卵風味ソース	パン スープ 煮豆 デザート	鮭の黄金焼き きゅうりのマリネ ひじき煮	豚肉のみそ炒め コンソメスープ なすの南蛮漬
8月 4日 金曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 ふりかけ	パン スープ れんこん煮 デザート	鶏ももの山椒焼き 長芋のおろし合わせ 人参しりしり	カラスカレイのポン酢焼き かぼちゃ煮 いんげんのお浸し
8月 5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	❀特別献立❀ 夏のちらし寿司 冬瓜の吉野汁 ほうれん草の柚子浸し すいか	鶏もものバター醤油煮 大根サラダ いなりチーズ揚げ (ら)やわらかえび茶巾



土曜おやつ

特別献立の為お休み