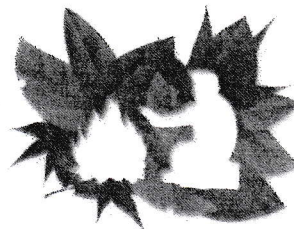
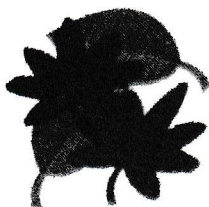


献立予定表

千里クリニック
いこいの森

平成 30年	朝	昼	夕	
11 / 25 (日)	ごはん 味噌汁 大根煮 たいみそ	パン スープ 大根煮 フルーツ	いわしのつみれ煮 ブロッコリーのマヨ和え 金時豆煮	鶏肉のきのこソースかけ (④やわらかバーグの---) 青菜のごま和え さつまいものきんぴら
11 / 26 (月)	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	フライの盛り合わせ 冬佃と青菜煮 なめ茸おろし	ぶりの照り煮 (④秋刀魚の---) キャベツの辛子和え (⑤ほうれん草の---) じゃがの旨煮
11 / 27 (火)	ごはん 味噌汁 人参煮 ゆずみそ	パン スープ 人参煮 フルーツ	魚春の柚子焼き (④カラスカいの---) 卵とじ 青菜のごまみそ和え	クリームシチュー (④キンボールの---) 切り干し煮 豆腐のサラダ
11 / 28 (水)	ごはん 味噌汁 生揚げ煮 (④焼豆腐煮) のり佃	パン スープ 生揚げ煮 (④焼豆腐煮) フルーツ	豚肉とじゃがの炒め煮 (④やわらか豚肉と---) 源平生酢 ほうれん草のバター炒め	魚介の和風ステーキ コールスロー (④カリフラワーのコールスロー) さつまい
11 / 29 (木)	ごはん 味噌汁 大根煮 ふりかけ	パン スープ 大根煮 フルーツ	鯖の竜田焼き オブン卵焼き 胡瓜の酢のもの	肉豆腐煮 (④やわらか鶏の---) ほうれん草と山芋のわさび和え きんぴらごぼう
11 / 30 (金)	ごはん 味噌汁 ひじき煮 (④ひじきサボ煮) たいみそ	パン スープ ひじき煮 (④ひじきサボ煮) フルーツ	鶏肉の大根おろし焼き (④やわらかバーグの---) 麻婆豆腐 お浸し	シーフードカレー 野菜サラダ 南仏煮
12 / 1 (土)	ごはん 味噌汁 昆布豆腐煮 (④やわらかこんにゃく煮) ふりかけ	パン スープ 昆布豆腐煮 (④やわらかこんにゃく煮) フルーツ	赤魚の煮付け (④やわらか魚釜の---) 卵とじ ブロッコリーのサラダ	炸り鶏 (④やわらかつくねの---) か焼売 (④やわらか---) おかつ和え



おやつ...スイートポテト