

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
6月 26日 日曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 ゆずみそ	パン スープ れんこん煮 デザート	蒸し鯖のおろしかけ 豆腐とえびの中華煮 ほうれん草のごま和え	ささ身のねぎ塩炒め (ら)やわらかつくねのねぎ塩炒め かぼちゃの煮物 麩の酢みそ和え
6月 27日 月曜日	ご飯 味噌汁 たまご豆腐 のり佃	パン スープ たまご豆腐 デザート	鶏の唐揚げ 香味ソース和え 里芋と大豆の煮物 キャベツのお浸し	鮭の粕煮 なすの南蛮漬け けんちん汁 
6月 28日 火曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 卵風味ソース	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 青菜の梅おろし和え	牛肉の生姜焼き (ら)鶏ももの生姜焼き 木の葉とじ ブロッコリーのサラダ
6月 29日 水曜日	ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 ふりかけ	パン スープ 厚揚げ煮 デザート	豚肉のおろし煮 ほうれん草の辛し和え スパゲッティンポリタン (ら)マカロニナポリタン	ぶりの照り焼き (ら)カラスカレイの照り焼き ひじきと大豆の煮物 長芋のマリネ
6月 30日 木曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 たいみそ	パン スープ いんげん煮 デザート	さわらの西京焼き 豆腐のとろみ煮 きゅうりのサラダ	炒り鶏 キャベツと塩昆布のしらす和え オープンオムレツ
7月 1日 金曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 ふりかけ	パン スープ 煮豆 デザート	牛肉とじゃが芋のカレー炒め マカロニサラダ 切干大根の煮物	さばの味噌煮 ごぼうの炒め煮 人参とレーズンのサラダ (ら)人参とりんごのサラダ
7月 2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	豚肉となすのピリ辛炒め 蒸し豆腐 ほうれん草とツナのサラダ	カラスカレイの玉子ソースがけ れんこんのきんぴら キャベツのマヨネーズ和え

土曜おやつ

今川焼き