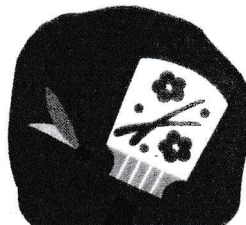


献立予定表

千里クリニック
いこいの森

平成 30年~31年	朝	昼	夕	
12 / 30 (日)	ごはん 味噌汁 人参煮 のり佃	パ ン ス ー プ 人 参 煮 フ ル ー ツ	鯖のみそ煮 キャバツのサラダ ②カリフラワーサラダ ごぼう煮	八宝菜 肉焼売 ②やわらかしゅうまい 春雨サラダ ②マカロニサラダ
12 / 31 (月)	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	豚肉の梅酒煮 ②やわらか鶏のー 年越しそば 白菜のおかか和え	塩 魚 ②生魚の塩焼き 胡瓜と山芋の昆布あえ 春菊と豆腐煮
31年 / 1 (火)	ごはん 味噌汁 数の子黒豆伊達巻 ②たろソート、やわらか 千枚漬②やすみそ		おさしみ 茶わんなし 生酢 ③品 { やわらかかまぼこ きんぴん しんじょう	赤、飯 ぶりの照焼き ②カラスカレイのー 赤出し、南蛮煮 ③品 野菜茶巾、さつま煮、白菜と人参
1 / 2 (水)	ごはん 味噌汁 珍鳥かまぼこ、甘露煮、おし ②やわらか、やわらか 奈良漬②たいみそ		散らし寿司 お清し ③品 { えび茶巾 やわらか昆布巻 ほうれん草のごま和え	寿き煮 かき玉汁 大根といろどり団子の煮物 ③品 { 厚焼玉子 チロココロ やわらかかまぼこ
1 / 3 (木)	ごはん 味噌汁 黒豆、やわらかかまぼこ、 市松新丈、レモン煮 ②やわらか、ーエビ茶巾 のり佃		クリーム シチュー かぶらとネレ柿の酢のもの ③品 { 寄せゆばけんちん 伊達巻 やわらかタコバー	魚の生姜焼き ごぼうとタラの煮物 大根スープ ③品 { きんぴん カニしんじょう いんげんごま和え
1 / 4 (金)	ごはん 味噌汁 卵豆腐 ふりかけ		魚のなべ照り 山芋の紅白煮 ほうれん草の生姜和え	鶏肉のみそ炒め ②チキンボールのー 生揚 おろし炊き ②焼豆腐のー 辛子和え
1 / 5 (土)	ごはん 味噌汁 いんげん煮 やすみそ		焼き肉 ②牛ソフミートのー ひじき豆 ②やわらか煮豆 ナムル	カラスカレイのホシ酢焼き 卵とじ わさび和え



おやつ... ケーキ