

献立予定表

千里クリニック
いこいの森

	朝	昼	夕	
5 / 6 (日)	ごはん 味噌汁 煮物 ふりかけ	パン スープ 煮物 フルーツ	あんかけ焼そば (◎中華炒め) 胡瓜のわさびしょうゆ和え 秋ま玉汁	鯖のカレーマヨ焼き なすの炒め煮 キャベツ(◎白菜)のごま酢あえ
5 / 7 (月)	ごはん 味噌汁 煮物 たいみぎ	パン スープ 煮物 フルーツ	鶏肉のオイスターソース炒め 山芋とツナの煮物 ちんげん菜わさび和え	ぶり(◎鮭)の照り焼き むじきの煮物 梅肉あえ
5 / 8 (火)	ごはん 味噌汁 煮物 のり佃	パン スープ 煮物 フルーツ	豆ごはん・団子ツケ 桜ごぼう 焼売 青菜のからし和え ロールケーキ	魚のあんかけ 白みそ汁 キャベツ(◎白菜)のおから和え
5 / 9 (水)	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	豚肉のすき煮 里芋と大あげの煮物 春雨(◎大根) サラダ	白身魚のケチャップ焼き 大豆のカレー炒め なすの生姜しょうゆ和え
5 / 10 (木)	ごはん 味噌汁 煮物 ゆずみそ	パン スープ 煮物 フルーツ	鯖(◎鯖)のみぞれ煮 ブロッコリーのツナマヨ和え 五目豆	親子とじ 冷奴 青菜の中華煮
5 / 11 (金)	ごはん 味噌汁 煮物 ふりかけ	パン スープ 煮物 フルーツ	牛肉のみそ炒め (◎焼売の〃) 大根と厚揚げ(◎焼豆腐)煮 酢のもの	鯖の生姜焼き チャンプル 青菜のおろし和え
5 / 12 (土)	ごはん 味噌汁 煮物 たいみぎ	パン スープ 煮物 フルーツ	鶏肉ソテー香味ダレかけ (◎ハンバーグの〃) 豆腐みそ和え なすの炒め煮	鯖の甘辛煮 青菜のたまご炒め コールスロー

おやつ... **ホットケーキ**