

献立予定表

千里クリニック
いこいの森

	朝		昼	夕
4/15 (日)	ごはん 味噌汁 煮物 のり佃	パン スープ 煮物 フルーツ	鮭の照り焼き 春雨サラダ(⑤ブロッコリー サラダ) ひじき煮(⑤里芋煮)	筑前煮 卵とじ ほうれん草お浸し
4/16 (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	鶏天 大根梅干味和え 田楽	白身魚の野菜あんかけ 玉子焼き いんげんのごま和え
4/17 (火)	ごはん 味噌汁 煮物 のり佃	パン スープ 煮物 フルーツ	鯖のカレー焼き ツヤマンポテト 茄子の生姜和え	鶏肉の丼ぞく煮 豆腐のむしもの マカロニサラダ
4/18 (水)	ごはん 味噌汁 煮物 たけのこ	パン スープ 煮物 フルーツ	ミートローフ コールスロー 五目豆煮	鯖(⑤カラスカレイ)の 竜田焼き 卵のスープ 山芋の和えもの
4/19 (木)	ごはん 味噌汁 煮物 ふりかけ	パン スープ 煮物 フルーツ	鯖のサンショ焼き 豆腐のサラダ ナポリタン	団子と白菜の炒め煮 青菜の卵とじ 大根サラダ
4/20 (金)	ごはん 味噌汁 煮物 ゆずみそ	パン スープ 煮物 フルーツ	鶏肉とじゃがのバターしょうゆ炒め 切り干し煮 酢のもの	蒸し鯖のおろしかけ 青菜のゆず和え 炒り卵
4/21 (土)	ごはん 味噌汁 煮物 ふりかけ	パン スープ 煮物 フルーツ	ぶりの照り焼き (⑤いわしバークのあんかけ) 茄子の炒め煮 冷奴	ハヤシライス ブロッコリーサラダ ごぼう煮

おやつ...スイートポテト