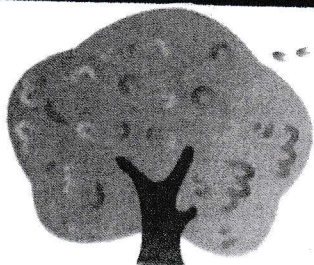
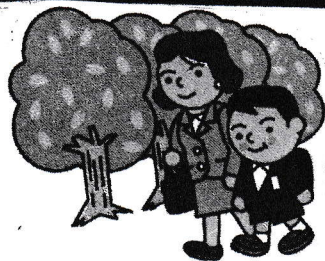


献立予定表

千里クリニック
いこいの森

平成 31年	朝		昼	夕
4/7 (日)	ごはん 味噌汁 煮豆 (㊟やわらか煮豆) ゆずみそ	パン スープ 煮豆 (㊟やわらか煮豆) フルーツ	鯖のおろしソースかけ 野菜炒め もずく酢	具沢山麻婆 (㊟やわらかつくねの---) ほうれん草お浸し 卵とじ
4/8 (月)	ごはん 味噌汁 卵豆腐 のり佃	パン スープ 卵豆腐 フルーツ	甘塩魚生 (㊟生魚生の塩焼き) 春キャバツと新玉ねぎサラダ (㊟胡瓜と---) 南仏と豆腐和身団子の炊合せ	鶏肉のみそ焼き (㊟やわらかバーグの---) ひじきの炒め煮 (㊟やわらかこんにゃくと人参煮) 冷奴
4/9 (火)	ごはん 味噌汁 切り干し煮 ふりかけ	パン スープ 切り干し煮 フルーツ	牛肉のデミソース煮 (㊟やわらか鶏肉の---) 茄子の南蛮煮 玉子焼盛合わせ	カラスカレイの磯辺焼き 豆腐の和風サラダ ごぼうの白みそ煮
4/10 (水)	ごはん 味噌汁 れんこん煮 たいみそ	パン スープ れんこん煮 フルーツ	ぶりの生姜あん (㊟カラスカレイの---) 人参のきんぴら キャバツのおかか和え (㊟小松菜の---)	豚肉となばなの中華炒め (㊟やわらか豚肉と---) 酢のもの 大根煮
4/11 (木)	ごはん 味噌汁 人参煮 のり佃	パン スープ 人参煮 フルーツ	牛肉の柳川風 (㊟やわらか牛の煮込和風ハンバーグ) 青菜のおろし和え 豆腐の肉味噌あんかけ	魚春のポン酢焼き (㊟鯖の---) じゃがの旨煮 マカロニサラダ
4/12 (金)	ごはん 味噌汁 いんげん煮 ふりかけ	パン スープ いんげん煮 フルーツ	魚生の洋風照り焼き 卵とじ キャバツのなめ草和え (㊟カリフラワーの---)	和風カレー ごま豆腐 茄子の煮物
4/13 (土)	ごはん 味噌汁 ごぼう煮 たまごかけ	パン スープ ごぼう煮 フルーツ	まんぱんと野菜入り ハンバーグ 大根サラダ マツタケと大豆の煮物 (㊟マツタケと豆腐の---)	赤魚の煮付け (㊟やわらか赤魚の---) 人参のバターソテー ブロッコリーのタルタルかけ



おやつ…ぜんざい

