

# 献立予定表

いこいの森・千里クリニック

	朝食		昼食	夕食
4月 12日 日曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 のり佃煮	パン スープ 煮豆 フルーツ	鮭の照り焼き 春雨サラダ (ら)ブロッコリーのサラダ ひじきの煮物 (ら)里芋の煮物	筑前煮 新玉ねぎの卵とじ ほうれん草のお浸し
4月 13日 月曜日	ご飯 味噌汁 卵豆腐 ふりかけ	パン スープ 卵豆腐 フルーツ	牛肉のソース炒め (ら)豚肉のソース炒め 大根の梅風味和え 豆腐となすの田楽	白身魚の野菜あんかけ 肉焼売 (ら)やわらか焼売 いんげんのごま和え
4月 14日 火曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 卵風味ソース	パン スープ 切干煮 フルーツ	鯖のカレー焼き ジャーマンポテト なすの生姜和え	豚肉のみぞれ煮 (ら)鶏団子のみぞれ煮 白菜の煮浸し マカロニサラダ
4月 15日 水曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 たいみそ	パン スープ 人参煮 フルーツ	ささ身のわさび醤油和え キャベツのコールスローサラダ 五目豆煮	鯖の竜田焼き 卵のスープ 菜花と豆腐のおかか和え
4月 16日 木曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 ふりかけ	パン 味噌汁 れんこん煮 フルーツ	鰯の山椒焼き (特ら)白身魚の山椒焼き 山芋の昆布和え スパゲティナポリタン (ら)マカロニナポリタン	やわらか団子と白菜の炒め煮 ほうれん草の卵とじ きゅうりの酢の物
4月 17日 金曜日	ご飯 味噌汁 生揚げ煮 ゆずみそ	パン 味噌汁 生揚げ煮 フルーツ	鶏天 里芋の煮物 大根サラダ	蒸し鯖のおろしかけ 青菜のわさび和え 炒り卵
4月 18日 土曜日	ご飯 味噌汁 ひじき豆煮 ふりかけ	パン スープ ひじき豆煮 フルーツ	ぶりの照り焼き (ら)いわしバーグのあんかけ なすの炒め煮 冷や奴	ハヤシライス ブロッコリーと玉子のサラダ ごぼうの煮物 (特ら)大根の煮物

土曜おやつ

ケーキ3種盛り