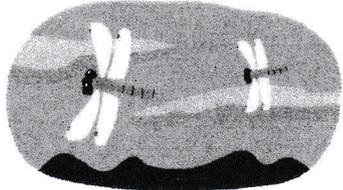


# 献立予定表

千里クリニック  
いこいの森

平成 30年	朝	昼	夕	
11 / 11 (日)	ごはん 味噌汁 煮豆 (⑤豆腐煮) ゆずみそ	パン スープ 煮豆 ⑤豆腐煮 フルーツ	カラスカレイの石焼焼き 五目むし卵 キャベツの生姜和え (⑤白芍の...)	具沢山麻婆 (⑤チキンボールの...) エビ焼売 (⑤やわらか焼売) 大根のおかか和え
11 / 12 (月)	ごはん 味噌汁 人参と里芋煮 のり佃	パン スープ 人参と里芋煮 フルーツ	へ 符 献 日 ▽ ゆかりご飯 お刺身盛合わせ かぼちやの煮物 きのこごぼうのきんぴら 春菊のポン酢和え 白塚まんじゅう(パム、水ようかん)	豚肉の生姜焼き (⑤やわらかいんげん、生姜あんかけ) 中華風卵とじ コールスロー (⑤カリフラワーの...)
11 / 13 (火)	ごはん 味噌汁 卵豆腐 たいみそ	パン スープ 卵豆腐 フルーツ	魚茎のみそバターソース ひじき煮 (⑤人参と里芋煮) ほうれん草のおかか和え	鶏とかぶらの旨煮 (⑤チキンボールと...) 卵とじ 胡瓜の酢みそ和え
11 / 14 (水)	ごはん 味噌汁 切り干し煮 ゆずみそ	パン スープ 切り干し煮 フルーツ	ハンバーグデミソースかけ 白芍の旨煮 ポテトサラダ	鯖の照り焼き 春菊の辛子和え カニ玉風
11 / 15 (木)	ごはん 味噌汁 生揚げ煮 (⑤豆腐煮) ふりかけ	パン スープ 生揚げ煮 (⑤豆腐煮) フルーツ	カラス・カレイの かぼちクリームかけ ごぼうの味噌炒め 白菜のマリネ	和風カレー (⑤やわらか鶏の...) キャベツと胡瓜の漬物風 (⑤カリフラワーと...) 玉子スープ
11 / 16 (金)	ごはん 味噌汁 煮豆 (⑤やわらか煮) ふりかけ	パン スープ 煮豆 (⑤やわらか煮) フルーツ	千辛南蛮 (⑤やわらかバグ...) 豆腐の味噌煮 マカロニサラダ	ぶりのおろし煮 (⑤やわらか魚茎の...) じゃがの洋風煮 ブロッコリーのごま和え
11 / 17 (土)	ごはん 味噌汁 大根煮 のり佃	パン スープ 大根煮 フルーツ	豚肉の中華炒め (⑤肉焼売の...) 豆腐のかき玉あん いんげんの辛子和え	赤魚の煮付け (⑤カラスカレイの...) ほうれん草のサラダ 山芋煮



おやつ...たまごおしレーキ