

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 11日 日曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 ふりかけ	パン スープ 煮豆 デザート	鮭の照り焼き 春雨サラダ (ら)ブロッコリーのサラダ ひじきと厚揚げの煮物	筑前煮 卵とじ 青菜のごま和え
4月 12日 月曜日	ご飯 味噌汁 卵豆腐 のり佃	パン スープ 卵豆腐 デザート	牛肉のソース炒め (ら)豚肉のソース炒め 大根の梅肉和え 豆腐の田楽	カラスカレイの野菜あんかけ 肉焼売 (ら)やわらか焼売 いんげんの辛し和え
4月 13日 火曜日	ご飯 味噌汁 切干大根煮 卵風味ソース	パン スープ 切干大根煮 デザート	鯖のカレー焼き 長芋とこんにゃくの煮物 なすの生姜醤油和え	豚肉のおろし煮 (ら)ハンバーグのおろし煮 マカロニサラダ 白菜の煮浸し
4月 14日 水曜日	ご飯 味噌汁 人参の炒め煮 たいみそ	パン スープ 人参の炒め煮 デザート	鶏ささ身のわさび醤油和え 春キャベツのコールスローサラダ 煮豆	鯖の竜田焼き 卵と新玉ねぎのスープ 菜花と豆腐のお浸し
4月 15日 木曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 ふりかけ	パン スープ れんこん煮 デザート	あじの山椒焼き (特ら)白身魚の山椒焼き スパゲティナポリタン (ら)マカロニナポリタン きゅうりの酢のもの	豚肉となすのピリ辛炒め ニラ玉 とろろ汁
4月 16日 金曜日	ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 のり佃	パン スープ 厚揚げ煮 デザート	チキンカツ (ら)やわらかカツ 里芋煮 大根と新玉サラダ	蒸し鯖のおろしかけ 小松菜のわさび和え 卵とじ
4月 17日 土曜日	ご飯 味噌汁 ひじき豆 ゆずみそ	パン スープ ひじき豆 デザート	ぶりの照り焼き (ら)カラスカレイの照り焼き 茄子の炒め煮 冷や奴	ハヤシライス ブロッコリーサラダ さつま芋のレモン煮

土曜日おやつ ケーキ三種盛り