

献立予定表

いこいの森・千里クリニック

| | 朝食 | | 昼食 | 夕食 |
|------------------|------------------------------|----------------------------|--|--|
| 8月 22日 日曜日 | ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 たいみそ | パン スープ 厚揚げ煮 デザート | 牛丼 (ら)鶏ももの炒めもの お吸い物 ポパイサラダ | 赤魚の白みそ煮 キャベツのサラダ さつま芋のマッシュ |
| 8月 23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 | あじの土佐漬け (特ら)カラスカレイの土佐漬け 高野豆腐の卵とじ (ら)麩の卵とじ なすのお浸し | 豚肉のチンジャオロース風 和風スパゲティサラダ (ら)和風マカロニサラダ 具沢山汁 |
| 8月 24日 火曜日 | ご飯 味噌汁 いんげん煮 卵風味ソース | パン スープ いんげん煮 デザート | チキンチャップ 蒸し豆腐 ブロッコリーのサラダ | 鮭の粕漬焼き 人参とツナのマリネ 根菜の煮物 |
| 8月 25日 水曜日 | ご飯 味噌汁 煮豆 ゆずみそ | パン スープ 煮豆 デザート | 鯖の煮付け キャベツとえのきの炒めもの 伴三糸 | 豚肉のねぎ塩炒め 豆腐の中華サラダ 肉焼売 |
| 8月 26日 木曜日 | ご飯 味噌汁 人参煮 ふりかけ | パン スープ 人参煮 デザート | カラスカレイの銀あんかけ スパゲティナポリタン (ら)マカロニナポリタン なすのごま酢和え | 鶏ささ身のマヨネーズ焼き (ら)鶏団子のマヨネーズ焼き 冷や奴 木の葉とじ |
| 8月 27日 金曜日 | ご飯 味噌汁 大根煮 のり佃 | パン スープ 大根煮 デザート | 鮭のフライ 里芋の煮物 きゅうりの酢のもの | 鶏ももの照り焼き シーフードの酢豚風 青菜のごま和え |
| 8月 28日 土曜日 | ご飯 味噌汁 れんこん煮 たいみそ | パン スープ れんこん煮 デザート | 豚肉の梅肉炒め ごぼうのおかか煮 大根サラダ | ぶりの照り煮 (ら)カラスカレイの照り煮 三色ナムル さつま芋と大豆の煮物 |

土曜日おやつ たこ焼き