

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