

献立予定表

いこいの森・千里クリニック

	朝食		昼食	夕食
5月 16日 日曜日	ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 ゆずみそ	パン スープ 厚揚げ煮 デザート	茄子と豚肉のみそ炒め (ら)茄子と鶏もものみそ炒め (特ら)茄子と豆腐団子のみそ炒め 人参のマリネ たまご焼き	やわらかイカとホタテの中華風 ツナじゃが煮 冷や奴
5月 17日 月曜日	ご飯 味噌汁 卵豆腐 ふりかけ	パン スープ 卵豆腐 デザート	さわらの西京焼き 大豆とキャベツのスープ煮 長芋のわさび醤油和え	牛焼き肉 (ら)豚焼き肉 えび焼売 (ら)やわらか焼売 なます
5月 18日 火曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 のり佃	パン スープ 煮豆 デザート	鮭フライ なすときゅうりの生姜和え 豆腐の旨煮	鶏肉の照り焼き (ら)照り焼きハンバーグ 白菜のおかか和え もずくとたまごのスープ
5月 19日 水曜日	ご飯 味噌汁 大根煮 卵風味ソース	パン スープ 大根煮 デザート	豚肉の華風炒め 春雨サラダ (ら)ブロッコリーのサラダ れんこんの土佐煮 (特ら)里芋の土佐煮	えびと豆腐のチリソース炒め 麩の卵とじ 青菜のとろろかけ
5月 20日 木曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 たいみそ	パン スープ いんげん煮 デザート	ぶりのなべ照り (ら)カラスカレイの照り焼き 大根の梅マヨサラダ かぼちゃの含め煮	鶏もものしぐれ煮 (ら)やわらか団子のしぐれ煮 ブロッコリーとツナのサラダ 鯛つみれ汁
5月 21日 金曜日	ご飯 味噌汁 ひじき煮 ふりかけ	パン スープ ひじき煮 デザート	カレー肉じゃが なすの生姜和え オープンオムレツ	鯖の酢醤油焼き ほうれん草と糸こんのごま和え 炒り豆腐
5月 22日 土曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 のり佃	パン スープ 里芋煮 デザート	鱈のソテー 野菜ソースかけ (特ら)白身魚の野菜ソースかけ マカロニサラダ 切干大根の煮物	他人とじ お吸い物 小松菜の酢みそ和え

土曜日おやつ よもぎまんじゅう