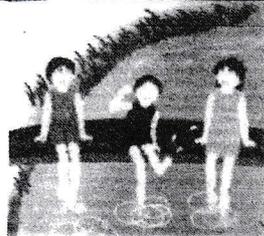


# 献立予定表

千里クリニック  
いこいの森

令和元年	朝	昼	夕	
6 / 30 (日)	ごはん 味噌汁 切りしめ煮 ふりかけ	パン スープ 切りしめ煮 フルーツ	肉豆腐 魚周のつみれ汁 キャベツの梅肉和え	魚春の煮付け 冬瓜煮 ポパイサラダ
7 / 1 (月)	ごはん 味噌汁 卵豆腐 ゆずみそ	パン スープ 卵豆腐 フルーツ	魚缶の西京焼き 大根サラダ 南瓜のいとこ煮	ミートローフ カニ焼売 (㊟やわらかしゅうまい) なすのマリネ
7 / 2 (火)	ごはん 味噌汁 れんこん煮 のり佃	パン スープ れんこん煮 フルーツ	鶏肉の梅みそ蒸し ポテトサラダ キャベツの炒り菜	カラスカレイの卵あん やわらか大豆のカレー炒め ほうれん草のごま和え
7 / 3 (水)	ごはん 味噌汁 いんげん煮 たまごソサかけ	パン スープ いんげん煮 フルーツ	甘塩魚 人参のきんぴら 茄子の生姜和え	豚肉の野菜炒め ひじき煮 (㊟ひじきサンド煮.) 冷奴
7 / 4 (木)	ごはん 味噌汁 やわらか煮豆 ふりかけ	パン スープ やわらか煮豆 フルーツ	親子とじ 冬瓜煮 オクラと山芋のごま風味和え	カラスカレイの味噌 バターソース 豆腐と野菜のスープ 白菜のお浸し
7 / 5 (金)	ごはん 味噌汁 人参煮 たいみそ	パン スープ 人参煮 フルーツ	(特別献立) うな重 黄福かすてら 南瓜のそぼろあんかけ さつまロールとほうれん草汁和 そうめん汁(㊟そうめんゼリー)	鶏もも肉のおろし焼き (㊟やわらかバグのおろし焼き) 野菜の卵とじ コールスローサラダ
7 / 6 (土)	ごはん 味噌汁 卵豆腐 のり佃	パン スープ 卵豆腐 フルーツ	チンジャオロースー (㊟やわらか豚のチンジャオロースー) 盛り合わせサラダ 里いも煮	ぶりの生姜煮 (㊟ソフト鯖の生姜煮) 五目きんぴら なすのごま和え



おやつ... ピーチゼリー