

# 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 17日 日曜日	ご飯 味噌汁 豆腐煮 ゆずみそ	パン スープ 豆腐煮 フルーツ	豚肉となすの味噌炒め 人参のマリネ 卵焼き	シーフードの酢豚風 鶏じゃが煮 冷や奴
5月 18日 月曜日	ご飯 味噌汁 卵豆腐 ふりかけ	パン スープ 卵豆腐 フルーツ	カラスカレイの西京焼き キャベツのスープ煮 ポテトサラダ	牛焼き肉 (ら)鶏焼き肉 えび焼売 (ら)やわらか焼売 ごま生酢
5月 19日 火曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 のり佃	パン スープ 煮豆 フルーツ	アジフライ (特ら)白身魚のフライ なすの生姜醤油和え 豆腐の旨煮	鶏肉の照り焼き (ら)やわらかバーガーの照り焼き 白菜とピーマンのおかか和え もずくスープ
5月 20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 フルーツ	豚肉の生姜焼き (ら)鶏団子の生姜焼き 青菜とじゃがの味噌和え れんこんの土佐煮 (特ら)里芋の土佐煮	豆腐とえびのチリソース 卵とじ 春雨サラダ (ら)ブロッコリーのサラダ
5月 21日 木曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 たいみそ	パン 味噌汁 いんげん煮 フルーツ	鮭のなべ照り 大根の梅マヨサラダ 大豆のトマトスープ煮	鶏肉のしぐれ煮 (ら)豚肉のしぐれ煮 ブロッコリーのツナサラダ 鯛つみれ汁
5月 22日 金曜日	ご飯 味噌汁 ひじき煮 ふりかけ	パン 味噌汁 ひじき煮 フルーツ	カレー肉じゃが なすのお浸し オーブン卵焼き	鯖の酢じょうゆ焼き ほうれん草のごま和え 炒り豆腐
5月 23日 土曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 のり佃煮	パン スープ 里芋煮 フルーツ	鱈のソテー 野菜ソースかけ (ら)白身魚のソテー 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

土曜おやつ

おかき(しょうゆ味)