

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 10日 日曜日 | ご飯 味噌汁 れんこん煮 ふりかけ | パン スープ れんこん煮 フルーツ | 焼きそば (ら)肉野菜炒め きゅうりのわさび醤油和え かき玉汁 | 鯖のカレーマヨ焼き ひじきの煮物 もすくと山芋のお浸し |
| 5月 11日 月曜日 | ご飯 味噌汁 大根煮 たいみそ | パン スープ 大根煮 フルーツ | ❀特別献立❀ 豆ご飯 牛肉と新じゃがの煮物 ごぼうの白みそ煮 かにと春キャベツのサラダ 豆腐の蒸し物 和菓子 | ぶりの照り焼き (ら)カラスカレイの照り焼き 具だくさん汁 ほうれん草のごま和え |
| 5月 12日 火曜日 | ご飯 味噌汁 卵豆腐 のり佃 | パン スープ 卵豆腐 フルーツ | 回鍋肉 炊き合わせ きゅうりの梅肉和え | 白身魚のムニエル オーロラソース 豆腐のとろみ煮 なすの生姜醤油和え |
| 5月 13日 水曜日 | ご飯 味噌汁 里芋煮 ふりかけ | パン スープ 里芋煮 フルーツ | 鯖のピリ辛煮 ブロッコリーのツナマヨサラダ 大豆と野菜のカレー炒め | 親子とじ 冷や奴 青菜の中華煮 |
| 5月 14日 木曜日 | ご飯 味噌汁 いんげん煮 ゆずみそ | パン 味噌汁 いんげん煮 フルーツ | 豚肉のすき煮風 オープンオムレツ 酢のもの | 鯖の味噌バター焼き 春雨と豆腐のスープ煮 ほうれん草のおろし和え |
| 5月 15日 金曜日 | ご飯 味噌汁 切干し煮 卵風味ソース | パン 味噌汁 切干し煮 フルーツ | 鶏肉のソテー 香味ソースかけ (ら)ハンバーグの香味ソースかけ 豆腐の洋風炒め なすの小町和え | 鯖の梅煮 かぼちゃのいとこ煮 キャベツのコールスローサラダ |
| 5月 16日 土曜日 | ご飯 味噌汁 ひじき豆 のり佃煮 | パン スープ ひじき豆 フルーツ | カラスカレイの卵あんかけ 山芋のきんぴら スパゲティサラダ (ら)マカロニサラダ | 牛肉の七味焼き (ら)鶏団子の七味焼き なめこ豆腐 (ら)なめたけ豆腐 パンプキンスープ |

土曜おやつ

レア抹茶ケーキ