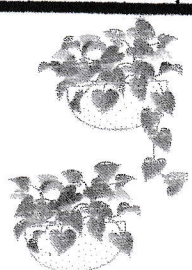
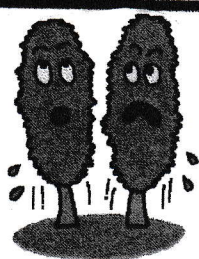
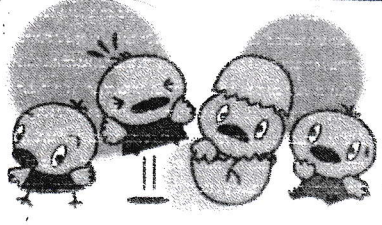


献立予定表

千里クリニック
いこいの森

平成 31年	朝		昼	夕
3 / 24 (日)	ごはん 味噌汁 切り干し煮 ふりかけ	パン スープ 切り干し煮 フルーツ	中華飯 (㊟やわらか中華炒め) かき玉スープ しらすおろし	カラスカレイのみそマヨ焼き キャベツの辛子和え (㊟カリフラワーの---) ひじき煮 (㊟人参煮)
3 / 25 (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	ぶりのなべ照り (㊟鮭の---) 生酢 にら卵	ビーフ・カレー (㊟やわらかビーフ・カレー) 野菜サラダ きんぴらごぼう
3 / 26 (火)	ごはん 味噌汁 煮豆 (㊟やわらか煮豆) たいさそ	パン スープ 煮豆 (㊟やわらか煮豆) フルーツ	千キンカツ (㊟やわらかカツ) 白菜の煮浸し 山芋サラダ	赤魚のおろし煮 (㊟やわらか赤魚の---) 卵とじ むずく酢
3 / 27 (水)	ごはん 味噌汁 生揚げ煮 (㊟豆腐煮) たまごがけ	パン スープ 生揚げ煮 (㊟豆腐煮) フルーツ	魚巻の黄金焼き ポパイサラダ 煮込大根	クリームシチュー (㊟やわらか鶏の---) 南瓜煮 キャベツとカニがまの味噌和え (㊟白菜と---)
3 / 28 (木)	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	ミートローフ 卵とじ なめこおろし (㊟なめたけおろし)	鯖のみそ煮 ごぼう煮 冷女又
3 / 29 (金)	ごはん 味噌汁 いんげん煮 ふりかけ	パン スープ いんげん煮 フルーツ	鶏肉のおろし焼き (㊟やわらかハンバーグの---) マカロニサラダ 豆腐の卵むし	魚の和風ステーキ けんちん汁 ほうれん草のわさび和え
3 / 30 (土)	ごはん 味噌汁 人参煮 のり佃	パン スープ 人参煮 フルーツ	カラスカレイの生姜焼き ミモザサラダ 大豆の炒め煮	豚肉と根菜煮 (㊟やわらか鶏と---) 焼売(㊟やわらか焼売) キャベツと白ずのお浸し (㊟白菜と---)



おやつ…抹茶水ようかん