

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
5月 26日 日曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 卵風味ソース	パン スープ 煮豆 デザート	ハヤシライス キャベツのサラダ 里芋煮	鮭のおろし煮 人参とツナのマリネ エビ焼売 (ら)やわらか焼売
5月 27日 月曜日	ご飯 味噌汁 たまご豆腐 ゆずみそ	パン スープ たまご豆腐 デザート	カラスカレイの野菜あんかけ なすのおろし和え 豆腐の田楽	他人とじ ほうれん草ともやしのナムル かぼちゃの生姜煮
5月 28日 火曜日	ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 のり佃	パン スープ 厚揚げ煮 デザート	チキンステーキ ツナじゃが煮 豆腐ときゅうりの梅肉和え	さばの照り煮 かき玉汁 チンゲン菜のわさび和え
5月 29日 水曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 ふりかけ	パン スープ 里芋煮 デザート	和風ミートローフ 根菜煮 なめこおろし (ら)なめたけおろし	さわらの梅風味焼き オープンオムレツ キャベツのコールスローサラダ
5月 30日 木曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 たいみそ	パン スープ 人参煮 デザート	赤魚の煮付け ジャーマンポテト ほうれん草のお浸し	豚肉のチンジャオロース風 春雨サラダ (ら)カリフラワーのサラダ 大根と厚揚げ煮
5月 31日 金曜日	ご飯 味噌汁 ひじき豆 ゆずみそ	パン スープ ひじき豆 デザート	あじの韓国風焼き (特ら)カラスカレイの韓国風焼き たまごとはんぺんのサラダ 山芋の煮物	牛肉のみそ焼き (ら)鶏団子のみそ焼き なすの炒め煮 きゅうりのもずく酢
6月 1日 土曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 ふりかけ	パン スープ 切干煮 デザート	チキンチャップ 里芋の白みそ煮 スパゲティサラダ (ら)マカロニサラダ	さばのピリ辛ドレッシングがけ 大根サラダ 新玉ねぎの卵とじ

土曜おやつ

ピーチゼリー