

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 9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 デザート	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 ひじき豆 長芋ともずくのお浸し
5月 10日 月曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 たいみそ	パン スープ 人参煮 デザート	白身魚のムニエル オーロリスかけ 豆腐のとろみ煮 なすの生姜和え	回鍋肉 炊き合わせ きゅうりと竹輪の梅肉和え
5月 11日 火曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 のり佃	パン スープ いんげん煮 デザート	❀特別献立❀ 豆ご飯 牛肉と夏野菜の炒めもの 洋風スープ煮 おろし合わせ ミルクプリンとフルーツゼリー	ぶりの照り焼き (ら)カラスカレイの照り焼き 具沢山汁 ごま和え
5月 12日 水曜日	ご飯 味噌汁 卵豆腐 ふりかけ	パン スープ 卵豆腐 デザート	鯖の煮付け ブロッコリーと半平のサラダ 大豆と新玉ねぎのカレー炒め	親子とじ 冷や奴 青菜の中華煮
5月 13日 木曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 ゆずみそ	パン スープ 里芋煮 デザート	豚肉のすき煮風 (ら)鶏団子のすき煮風 オムレツ きゅうりの酢のもの	鮭の味噌バター焼き 春雨と豆腐のスープ煮 青菜のおろし和え
5月 14日 金曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 卵風味ソース	パン スープ 切干煮 デザート	鶏肉の香味ソースかけ (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 15日 土曜日	ご飯 味噌汁 ひじき豆 たいみそ	パン スープ ひじき豆 デザート	カラスカレイの卵あんかけ 長芋とピーマンのきんぴら スパゲティサラダ (ら)マカロニサラダ	牛肉の七味焼き (ら)豚肉の七味焼き なめこ豆腐 (ら)なめ茸豆腐 パンプキンスープ

土曜日おやつ ふわふわワッフル(カスタード)