

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 2日 日曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 ふりかけ	パン スープ 人参煮 デザート	ゆかりご飯 ミートスパゲッティ チンゲン菜のわさび和え たまごスープ	赤魚の煮付け 豆腐ステーキ きゅうりと新玉ねぎのマリネ
5月 3日 月曜日	ご飯 味噌汁 卵豆腐 ゆずみそ	パン スープ 卵豆腐 デザート	牛肉の七味炒め (ら)豚肉の七味炒め なすの田楽 人参サラダ	蒸し鯖のおろしかけ オーブン卵焼き キャベツとりんごのサラダ
5月 4日 火曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 卵風味ソース	パン スープ いんげん煮 デザート	甘塩鮭の盛り合わせ 長芋とさつま揚げの煮物 ほうれん草のごま和え	鶏肉の中華炒め ブロッコリーのツナマヨサラダ 具沢山汁
5月 5日 水曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 ふりかけ	パン スープ 切干煮 デザート	ハンバーグ キャベツの炒めもの 青菜のおろし和え	鯖の照り煮 麩の酢みそ和え 卵とじ
5月 6日 木曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 たいみそ	パン スープ 里芋煮 デザート	白身魚のトマトソースかけ 春雨の酢の物 (ら)カリフラワーの酢の物 大根とツナのきんぴら	ささ身の梅肉焼き (ら)やわらかバーグの梅肉焼き なすのごま和え 炒り豆腐
5月 7日 金曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 のり佃	パン スープ 煮豆 デザート	牛肉のおろし和え (ら)豚肉のおろし和え 野菜サラダ じゃが芋のバター煮	ぶりの照り焼き (ら)さわらの照り焼き 青菜のカニあんかけ 冷や奴
5月 8日 土曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 ふりかけ	パン スープ 人参煮 デザート	豚肉の生姜焼き (ら)ささみの生姜焼き (特ら)やわらか団子の生姜焼き 蒸し玉子の甘酢あんかけ キャベツの梅和え	鮭の人参煮 小松菜のお浸し ごぼうと山芋のポタージュ

土曜日おやつ レア抹茶ケーキ