

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
7月 9日 日曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 たいみそ	パン スープ いんげん煮 デザート	シーフードピラフ 肉焼売 (ら)やわらか焼売 キャバツのごま和え	甘塩鮭の盛り合わせ 長芋の照り煮 豆腐のサラダ風
7月 10日 月曜日	ご飯 味噌汁 たまご豆腐 ふりかけ	パン スープ たまご豆腐 デザート	豚肉の生姜焼き オープンオムレツ ほうれん草のお浸し	カラスカレイの和風あんかけ 大豆とピーマンのみそ炒め 半平のおろし酢あえ
7月 11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	さわらの和風ムニエル 豆腐と野菜のチャンプルー 長芋のもずく和え	チキンカレー きゅうりのサラダ 切干大根とツナの煮物
7月 12日 水曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 卵風味ソース	パン スープ 煮豆 デザート	牛すき煮 (ら)豚すき煮 いんげんのサラダ 蒸し豆腐	さばのかば焼き 半平の酢味噌和え パンプキンスープ
7月 13日 木曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 ゆずみそ	パン スープ 人参煮 デザート	鮭のちゃんちゃん焼き風 大根の生姜煮 ブロッコリーのサラダ	和風ミートローフ きゅうりとみょうがの酢の物 麩の卵とじ
7月 14日 金曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 ふりかけ	パン スープ 里芋煮 デザート	【ご当地メニュー】愛知県 味噌カツ なすの南蛮 冬瓜汁 西屋の抹茶プリン	赤魚の山椒焼き かに豆腐 コールスローサラダ
7月 15日 土曜日	ご飯 味噌汁 ひじき煮 のり佃	パン スープ ひじき煮 デザート	ぶりの甘辛煮 (ら)カラスカレイの甘辛煮 大根のかにあんかけ ポテトサラダ	ホイコーロー 冷や奴 オクラとしらす合せ 糸こんにナムル

土曜おやつ

杏仁豆腐