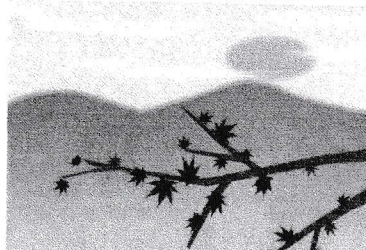
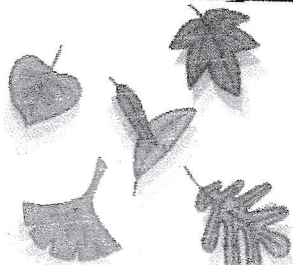
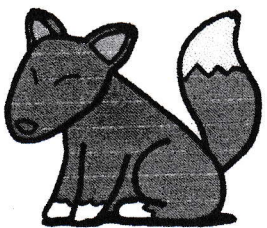


献立予定表

千里クリニック
いこいの森

| 平成 30年 | 朝 | 昼 | 夕 | |
|-------------|--------------------------------------|-------------------------------------|---|--|
| 11 / 18 (日) | ごはん 味噌汁 れんこん煮 ふりかけ | パン スープ れんこん煮 フルーツ | 魚釜の粕漬焼き じゃがのきんぴら 白支の味ポン和え | 鶏肉のしぐれ煮 (⑤やわらかつくねの---) 玉子焼き 生酢 |
| 11 / 19 (月) | ごはん 味噌汁 卵豆腐 のり佃 | パン スープ 卵豆腐 フルーツ | ミートローフ 五目豆 (⑤やわらか煮豆) ブロックリータルルかけ | カラスカレイの西京焼き 南蛮煮 コールスロー (⑤白支の---) |
| 11 / 20 (火) | ごはん 味噌汁 人参煮 ふりかけ | パン スープ 人参煮 フルーツ | 和風コロッケ 卵とじ 大根サラダ | 竹前煮 (⑤やわらか鶏の---) エビしゅうまい(⑤やわらか(卵和)) チゲン菜のわさび(ほうゆ和え) |
| 11 / 21 (水) | ごはん 味噌汁 大根煮 たいみそ | パン スープ 大根煮 フルーツ | 焼肉 (⑤キーンボールの---) いんげんの土佐煮 酢のもの | 蒸し鯖のおろしかけ 卵とじ マカロニサラダ |
| 11 / 22 (木) | 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 | 八宝菜 (⑤やわらか---) 豆腐のむしもの 長いものわさび和え | カラスカレイの卵あんかけ ほうれん草のごま和え 根菜煮 |
| 11 / 23 (金) | ごはん 味噌汁 ごぼう煮 ゆずみそ | パン スープ ごぼう煮 フルーツ | ぶりの生姜焼き (⑤鯖の生姜焼き) えびと豆腐の煮物 ニ色お浸し | 親子とじ (⑤やわらか鶏の---) もずく酢 大根の煮物 |
| 11 / 24 (土) | ごはん 味噌汁 煮豆 (⑤やわらか煮) ふりかけ | パン スープ 煮豆 (⑤やわらか煮) フルーツ | 牛肉のカレー大サめ (⑤やわらかバーグカレーあんかけ) 野菜サラダ 豆腐と大根の田楽 | 魚春の味ポンかけ (⑤カラスカレイの---) 卵とじ 小松菜の辛子和え |



おやつ...抹茶水ようかん