

# 献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
5月 29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 えび焼売 (ら)やわらか焼売
5月 30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	鯖の南蛮漬け風 なすのおろし和え 豆腐の田楽	豚肉の他人とじ (ら)やわらか団子の他人とじ ほうれん草ともやしのナムル かぼちゃの生姜煮
5月 31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	鶏もものマーマレード焼き ツナじゃが煮 豆腐ときゅうりの梅肉和え	ぶりの照り煮 (ら)カラスカレイの照り煮 かき玉汁 チンゲン菜のわさび和え
6月 1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
6月 2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 大根のやわらか煮
6月 3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 (ら)カラスカレイの韓国風焼き たまごと半平のサラダ 山芋の煮物	牛肉のみそ焼き (ら)豚肉のみそ焼き なすの炒め煮 もずく酢
6月 4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 スパゲッティサラダ (ら)マカロニサラダ	鯖のピリ辛ドレッシングかけ 大根サラダ 新玉ねぎの卵とじ



土曜おやつ

ピーチゼリー