

献立予定表

千里クリニック
いこいの森

平成 31年	朝		昼	夕
4 / 21 (日)	ごはん 味噌汁 大根煮 たまごかけ ソース	パン スープ 大根煮 フルーツ	鶏肉の生姜焼き (②ソフト鶏肉の---) カニ玉あんかけ ほうれん草のごま和え	カラスカレイの香味かけ トマトスープ煮 人参とこんにゃくの中華和え
4 / 22 (月)	ごはん 味噌汁 卵豆腐 ふりかけ	パン スープ 卵豆腐 フルーツ	鯖の竜田焼き なすの田舎煮 キャベツの辛子和え	八宝菜 (②やわらか---) 伴三条 (②大根の---) 根菜煮
4 / 23 (火)	ごはん 味噌汁 人参煮 たいみえ	パン スープ 人参煮 フルーツ	牛肉炒めごまソースかけ (②やわらか鶏肉炒め---) 人参と金時豆煮 マカロニサラダ	ぶりの照り焼き (②やわらか赤魚の---) にら卵 はばねのわさび和え
4 / 24 (水)	ごはん 味噌汁 いんげん煮 のり佃	パン スープ いんげん煮 フルーツ	和風コロッケ 南瓜の生姜煮 白身おろし	鶏肉の味噌焼き (②やわらか鶏肉の---) 新玉ねぎの卵とじ 冷奴
4 / 25 (木)	ごはん 味噌汁 生揚げ煮 (②豆腐煮) ふりかけ	パン スープ 生揚げ煮 (②豆腐煮) フルーツ	カラスカレイの黄金焼き ナムル ごぼうのやわらか煮	麻婆豆腐 (②やわらか団子の---) 味噌くスープ じゃがとハムのサラダ (②--- ツナ ---)
4 / 26 (金)	ごはん 味噌汁 ひじき豆 (②やわらか煮豆) ゆずみそ	パン スープ ひじき豆 (②やわらか煮豆) フルーツ	マカロニグラタン 小松菜のお浸し 煮込大根	赤魚の粕漬焼き (②カラスカレイの---) パフエオムレツ キャベツのマリネ
4 / 27 (土)	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	魚妻の照り焼き なすの中華和え 生揚げのおろし炊き (②焼豆腐の---)	ビーフカレー (②やわらかポークカレー) 大根サラダ 玉子焼き

おやつ... ケーキ三種