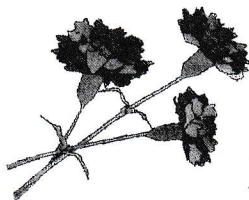
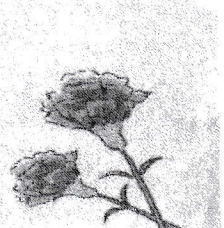


献立予定表

千里クリニック
いこいの森

令和元年	朝		昼	夕
5 / 12 (日)	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	ミートスパゲティ <small>ゆかり</small> (⑤ ミートマカロニ) <small>ゆかり</small> 卵スープ 白菜のわさび和え	赤魚の煮付け (⑤ ソフト赤魚の---) 切り干し大根煮 青菜の辛子和え
5 / 13 (月)	ごはん 味噌汁 卵豆腐 ゆずみそ	パン スープ 卵豆腐 フルーツ	蒸し魚青のおろしかけ なすとピーマンの味噌炒め キャベツとりんごのサラダ	牛肉の七味炒め (⑤ やわらか豚肉の---) かぼちやの田楽 マカロニサラダ
5 / 14 (火)	ごはん 味噌汁 ごぼう煮 たまごかけ風	パン スープ ごぼう煮 フルーツ	親子とじ (⑤ やわらか鶏の---) ほうれん草のソテー 白和え	カラスカレイのマスタード焼き じゃがのきんぴら ごま豆腐
5 / 15 (水)	ごはん 味噌汁 大根煮 ふりかけ	パン スープ 大根煮 フルーツ	ハンバーグステーキ キャベツと白す炒め ほうれん草のおろし和え	魚春の照り煮 (⑤ カラスカレイの---) 麩の酢みそ和え 卵とじ
5 / 16 (木)	ごはん 味噌汁 里いも煮 たいみそ	パン スープ 里いも煮 フルーツ	魚圭のサンショウ焼き 春雨の酢のもの (⑤ カリフラワーの---) 大根とツナのきんぴら	鶏肉のふんわり炒め (⑤ 豆腐団子の---) 青菜のごま和え 炒り豆腐
5 / 17 (金)	ごはん 味噌汁 れんこん煮 のり佃	パン スープ れんこん煮 フルーツ	クリームコロッケ なすのごまじょうゆ和え ジャーマンポテト	魚参の煮付け ブロッコリーの カニかまあんかけ 冷奴
5 / 18 (土)	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	豚肉の生姜焼き (⑤ ソフト豚肉の---) 豆腐の蒸しもの キャベツの梅和え	ぶりの照り焼き (⑤ カラスカレイの---) ほうれん草のごま和え ごぼうのスープ

Thank you, Mam



おやつ...スィートポテト