

献立予定表

いこいの森・千里クリニック

	朝食		昼食	夕食
4月 18日 日曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 卵風味ソース	パン スープ 里芋煮 デザート	チャーハン 肉焼売 (ら)やわらか焼売 青菜のごま和え	カラスカレイの香味かけ じゃがとトマトのスープ煮 人参と糸こんにの中華和え
4月 19日 月曜日	ご飯 味噌汁 卵豆腐 ふりかけ	パン スープ 卵豆腐 デザート	鯖の竜田焼き 茄子の田舎煮 キャベツの辛し和え	豚肉のさっぱり煮 伴三糸 大豆のカレー炒め
4月 20日 火曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 たいみそ	パン スープ 人参煮 デザート	牛肉のごまソース炒め (ら)鶏ささ身のごまソース炒め ひじきと金時豆煮 (ら)こんにゃくと金時豆煮 マカロニサラダ	ぶりの酒蒸し (ら)やわらか鯖の酒蒸し オープン玉子 ブロッコリーと新玉ねぎサラダ
4月 21日 水曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 のり佃	パン スープ いんげん煮 デザート	ツナポテトコロッケ 豚肉の五目煮 豆腐とみょうがのサラダ	鶏もものみそ焼き (ら)やわらかバー-グのみそ焼き 卵とじ 小松菜のしらす和え
4月 22日 木曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 ふりかけ	パン スープ 人参煮 デザート	カラスカレイの黄金焼き 人参のごま酢和え 桜ごぼう (ら)ごぼうの炒めもの	麻婆豆腐 もずくと新玉ねぎのトマトスープ 三色ナムル
4月 23日 金曜日	ご飯 味噌汁 ひじき煮 ゆずみそ	パン スープ ひじき煮 デザート	マカロニグラタン 小松菜の辛し和え 煮込み大根	鮭の粕漬焼き パフェオムレツ 春キャベツのマリネ
4月 24日 土曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 ふりかけ	パン スープ 里芋煮 デザート	赤魚の照り焼き 茄子の南蛮漬け 生揚げのおろし炊き (特ら)すり身団子のおろし炊き	ビーフカレー (ら)チキンカレー ツナしばサラダ たまご焼き

土曜日おやつ ゆずとキウイのゼリー