

献立予定表

いこいの森・千里クリニック

	朝食		昼食	夕食
6月 13日 日曜日	ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 ふりかけ	パン スープ 厚揚げ煮 デザート	カラスカレイのごま味噌焼き ポパイサラダ 煮込み大根	具沢山麻婆 きゅうりの酢のもの えび焼売 (ら)やわらか豆腐焼売
6月 14日 月曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 たいみそ	パン スープ いんげん煮 デザート	ささ身のマヨネーズ焼き (特ら)やわらか団子のマヨネーズ焼き 麩としらすの卵とじ なすの南蛮漬	鯖の生姜あん 豆腐の中華サラダ じゃがの旨煮
6月 15日 火曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 のり佃	パン スープ 人参煮 デザート	生姜ご飯 甘塩鮭 五目豆煮 長芋ときゅうりのマリネ	鶏肉のふんわり炒め (特ら)豚肉のふんわり炒め 豆腐のカニ風味あん 青菜のごま和え
6月 16日 水曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 卵風味ソース	パン スープ 切干煮 デザート	鯖のおろしソースかけ スパゲティナポリタン (ら)マカロニナポリタン いんげんの辛し和え	牛肉のデミグラスソース煮 (ら)やわらか団子のデミソース煮 卵とじ ごま豆腐
6月 17日 木曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 ゆずみそ	パン スープ れんこん煮 デザート	はんぺんと野菜入りハンバーグ 炒り豆腐 コールスローサラダ	ぶりの人参煮 (ら)カラスカレイの人参煮 さつま芋のポタージュ チンゲン菜ときのこのオyster炒め
6月 18日 金曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 のり佃	パン スープ 里芋煮 デザート	チキン南蛮 ほうれん草のわさび和え 野菜と厚揚げの五目煮	赤魚の梅煮 大豆とベーコンのカレー炒め (ら)大豆とツナのカレー炒め キャベツの生姜和え
6月 19日 土曜日	ご飯 味噌汁 ひじき煮 ふりかけ	パン スープ ひじき煮 デザート	カラスカレイの辛子焼き 茄子と豚肉のみそ炒め (ら)茄子と鶏肉のみそ炒め 伴三糸	鶏肉の甘酢炒め (特ら)やわらか団子の甘酢炒め 豆腐ステーキ 混ぜませナムル

土曜日おやつ ピーチゼリー

