

献立予定表

いこいの森

| | 朝食 | | 昼食 | 夕食 |
|------------------|------------------------------|----------------------------|--|---|
| 6月 9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 | 眞沢山麻婆 きゅうりの酢のもの えび焼売 (ら)やわらか焼売 |
| 6月 10日 月曜日 | ご飯 味噌汁 人参煮 たいみそ | パン スープ 人参煮 デザート | ささみのマヨネーズ焼き なすの南蛮漬 麩としらすの卵とじ | さわらの生姜あん 豆腐の中華サラダ じゃがの旨煮 |
| 6月 11日 火曜日 | ご飯 味噌汁 いんげん煮 卵風味ソース | パン スープ いんげん煮 デザート | あましおさけの盛り合わせ 五目豆煮 長芋のマリネ | とりにくのふんわり炒め (ら)やわらかつくねの卵とじ風 豆腐のカニ風味あん ほうれん草のごま和え |
| 6月 12日 水曜日 | ご飯 味噌汁 切干煮 ふりかけ | パン スープ 切干煮 デザート | 鯖のおろしソースがけ スパゲッティナポリタン (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)豚肉のデミグラスソース煮 卵とじ ごま豆腐 |
| 6月 13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 キャバツの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 14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 野菜の五目煮 | あかうおの梅煮 大豆とベーコンのカレー炒め キャバツの生姜和え |
| 6月 15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 なすのみそ炒め 春雨の伴三系 (ら)白菜の伴三系 | とりももの甘酢炒め 豆腐ステーキ ほうれん草の混ぜませナムル |

土曜おやつ

いちごのムースケーキ