

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
5月 8日 日曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 ふりかけ	パン スープ れんこん煮 デザート	焼きそば きゅうりのわさび醤油和え かき玉汁	さばのカレーマヨ焼き ひじき豆 長芋ともずくのお浸し
5月 9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	白身魚のムニエルのオリーブソースがけ 豆腐のとろみ煮 なすの生姜醤油和え	回鍋肉(ホイコーロー) やわらかしんじょの炊き合わせ きゅうりの梅肉和え
5月 10日 火曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 ふりかけ	パン スープ 人参煮 デザート	❀特別献立❀ 豆ご飯 えびの天ぷらと野菜のかき揚げ なすの肉そぼろがけ きゅうりとトマトの冷やし汁 よもぎまんじゅう	赤魚の照り焼き 里芋ののっぺい煮 ほうれん草のごま和え
5月 11日 水曜日	ご飯 味噌汁 卵豆腐 のり佃	パン スープ 卵豆腐 デザート	さわらの煮付け ブロッコリーとはんぺんのサラダ 大豆と新玉ねぎのカレー炒め	鶏ももの親子煮 冷や奴 小松菜の中華煮
5月 12日 木曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 ゆずみそ	パン スープ 里芋煮 デザート	豚肉のすき煮風 (ら)やわらかつくねのすき煮風 オムレツ きゅうりの酢のもの	鮭の味噌バター焼き 春雨と豆腐のスープ煮 (ら)野菜と豆腐のスープ煮 ほうれん草のおろし和え
5月 13日 金曜日	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	鶏肉の香味ソースがけ 豆腐の洋風炒め なすの小町和え	さばの梅煮 かぼちゃのいとこ煮 キャベツのコールスローサラダ
5月 14日 土曜日	ご飯 味噌汁 ひじき豆 たいみそ	パン スープ ひじき豆 デザート	カラスカレイのたまごあんかけ 長芋のきんぴら スパゲティサラダ (ら)マカロニサラダ	牛肉の七味焼き (ら)豚肉の七味焼き なめこ豆腐 (ら)なめたけ豆腐 パンプキンスープ

土曜おやつ

ふわふわワッフル