

献立予定表

いこいの森・千里クリニック

	朝食		昼食	夕食
3月 28日 日曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 ゆずみそ	パン スープ 切干煮 デザート	焼きそば (ら)豚肉の中華炒め 酢のもの お吸い物	鯖のねぎ味噌焼き 青菜のお浸し 卵とじ
3月 29日 月曜日	ご飯 味噌汁 卵豆腐 のり佃	パン スープ 卵豆腐 デザート	鰯のムニエル野菜ソースかけ (特ら)カスライの野菜ソースかけ 菜花の辛し和え 里芋煮	鶏ささ身の梅みそ蒸し ひじきの炒め煮 (ら)人参の炒め煮 ツナ奴
3月 30日 火曜日	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	鶏の唐揚げ 香味ソース和え 茄子のごま和え たまご焼き	カラスカレイの磯辺焼き 豆腐ときゅうりのサラダ 長芋の白みそ煮
3月 31日 水曜日	ご飯 味噌汁 ごぼう煮 たいみそ	パン スープ ごぼう煮 デザート	ぶりの生姜あん (ら)赤魚の生姜あん 人参のきんぴら キャベツのおかか和え	牛肉の柳川風 (ら)豚肉の柳川風 ごま和え 豆腐の肉味噌あんかけ
4月 1日 木曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 のり佃	パン スープ 人参煮 デザート	豚肉と菜花の中華炒め (ら)鶏団子と菜花の中華炒め きゅうりとしらすの酢の物 かぼちゃの含め煮	鯖のポン酢焼き さつま芋のポタージュ マカロニサラダ
4月 2日 金曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 ふりかけ	パン スープ いんげん煮 デザート	鯖のごま風味焼き キヌサヤの卵とじ (ら)みつばの卵とじ キャベツの生姜和え	和風カレー ごま豆腐 茄子の煮物
4月 3日 土曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 卵風味ソース	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 大根の中華サラダ さつま芋と豆の煮物	赤魚の煮付け 人参のバターソテー ブロッコリーのタルタルソースかけ

土曜日おやつ 今川焼き