

# 献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
8月 27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	ハヤシライス しらす大豆 和風オムレツ	赤魚の照り焼き ブロッコリーのサラダ れんこんときのこのきんぴら
8月 28日 月曜日	ご飯 味噌汁 たまご豆腐 ゆずみそ	パン スープ たまご豆腐 デザート	豚肉のおろし和え ポテトサラダ 豆腐の旨煮	さわらのごまみそ焼き キャベツとさつま揚げの炒り菜 いんげんのおかか和え
8月 29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	カラスカレイの梅かつお焼き なすの田楽 ほうれん草としらすのお浸し	親子とじ お吸い物 胡瓜の酢のもの
8月 30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	フライドチキン キャベツとザーサイのサラダ ひじき豆煮 (ら)こんにゃくと大豆の煮物	さばのかば焼き たまご焼き 小松菜の辛し和え
8月 31日 木曜日	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	豚肉の生姜焼き かぼちゃの煮物 豆腐の和風サラダ	あじのトマトソースがけ (特ら)カラスカレイのトマトソースがけ スパゲティサラダ (ら)マカロニサラダ 厚揚げのおろし煮
9月 1日 金曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 たいみそ	パン スープ れんこん煮 デザート	銀だらの西京焼き 煮込み大根 ポパイサラダ	肉団子の甘酢あんかけ 豆腐のステーキ なすのお浸し
9月 2日 土曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 ふりかけ	パン スープ 煮豆 デザート	鶏ももの中華炒め (ら)ささみの中華炒め 胡瓜の酢のもの 山芋の煮物	赤魚の煮付け トマトのかき玉汁 ほうれん草のごま和え



土曜おやつ

今川焼き