

献立表

期 間: 2017/5/1 ~ 2017/5/15

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
朝食		御飯 ツナと大根の炒り煮 うぐいす豆 味噌汁(ワカメ、油揚げ)	御飯 アサリと小松菜の煮濃し とろろ納豆 味噌汁(シメジ、葱)	御飯 豆腐きのこの煮物 玉子焼き 味噌汁(玉葱、キャベツ)	御飯 ソーセージと野菜の煮物 黒豆煮 味噌汁(エノキ、油揚げ)	御飯 キャベツのスープ煮 青海苔納豆 味噌汁(小松菜、トロココフ)	御飯 五目きんぴら そぼろ 味噌汁(ワカメ、ジャガイモ)
昼食		御飯 豚冷しゃぶ風 若竹煮 漬物(たくあん) フルーツポンチ かき卵スープ	御飯 筑前煮 魚介と野菜のサラダ 漬物(たくあん) バナナ 味噌汁(エノキ、豆腐)	御飯 鯖塩焼き かぼちや小倉煮 切干大根の和え物 もも缶 豚汁	肉うどん 春野菜のかき揚げ 小松菜ごま和え	豆御飯 ブリの照り焼き 筍と海老団子の土佐煮 胡瓜とワカメの酢の物 こいのぼりゼリー 吸物(そうめん)	御飯 カニ玉 もやし炒め 春雨サラダ キウイとパイ 豆腐のスープ
夕食		御飯 サケの塩焼き 野菜炒め 小松菜からし和え	御飯 千草焼き 和風サラダ オクラとめかぶの和え物	御飯 鶏豆腐煮 青菜とツナの和え物 キャベツ即席漬け	御飯 カレイのムニエル 海藻サラダ 粉ふき芋	御飯 肉野菜炒あんかけ 煮物(厚揚げ) 佃煮	御飯 鶏竜田揚げ 小松菜の煮びたし トマトサラダ
3時		喫茶室ポピー	選べるおやつ	煎餅・ココア	アイスクリーム	よもぎまんじゅう	ロールケーキ
	7	8	9	10	11	12	13
朝食	御飯 里芋とひじきの煮物 葱入卵焼き 味噌汁(麩、葱)	御飯 高野豆腐含め煮 イワシ生姜煮 味噌汁(ワカメ、油揚げ)	御飯 4色きんぴら オクラ納豆 味噌汁(豆腐、エノキ)	御飯 キャベツとソーセージの煮物 うぐいす豆 味噌汁(ワカメ、ジャガイモ)	御飯 ピーマンとシラスの炒め煮 ウィンナー 味噌汁(トロココフ、葱)	御飯 ツナじゃが 胡麻納豆 味噌汁(キャベツ、シメジ)	御飯 豆腐と野菜の煮物 辣の甘露煮 味噌汁(エノキ、トロココフ)
昼食	御飯 サワラの山椒焼き キャベツ煮物 白和え	御飯 塩鶏じゃが 胡瓜ともずくの三杯酢 卵豆腐 みかん 味噌汁(葱、トロココフ)	御飯 鶏照り煮 切干大根の炒め 胡瓜の塩昆布和え フルーツヨーグルト 味噌汁(ねぎ、ナメコ)	麦入り御飯 肉豆腐 小松菜からし和え とろろ 甘栗みかん 味噌汁(アサリ、麩)	ひじき御飯 卵の袋煮 ポテトサラダ 野菜の塩麹和え パイナップル のっぺい汁	御飯 鮭のピカタ 厚揚げ甘辛煮 青菜のポン酢和え キウイとモモ 味噌汁(ワカメ、ナメコ)	御飯 八宝菜 棒々鶏 漬物(ザーサイ) バナナ にら玉スープ
夕食	御飯 デミグラスハンバーグ スパゲティサラダ コンソープ	御飯 麻婆なす 野菜中華煮 エビシウマイ	御飯 ほっけの塩焼き エノキと青菜の炒め煮 かぼちやのサラダ	御飯 魚介のクリームシチュー いんげんピーナツ和え きのこの卵焼き	御飯 豚肉とキャベツの味噌炒め ミニ豆腐 小松菜ごま和え	御飯 親子煮 和風サラダ 里芋柚子味噌がけ	御飯 ポークビーンズ マッシュポテト 青菜の胡桃和え
3時	きんつば	喫茶室ポピー	選べるおやつ	白玉ぜんざい	喫茶室ポピー	フルーツゼリー	おまんじゅう
	14	15					
朝食	御飯 野菜の洋風煮 金時煮豆 味噌汁(キャベツ、ナメコ)	御飯 はんぺんと野菜の煮物 ミートオムレツ 味噌汁(麩、玉葱)					
昼食	御飯 鶏つくね甘辛煮 ほうれん草中華風炒め マカロニサラダ	そば 舞茸と豆腐のふんわり天 ひじきの煮物 かぶのゆかりあえ					
夕食	御飯 豆腐ハンバーグ かぼちやほ含め煮 豚汁	御飯 かれいの煮付け 三色ピーマン炒め 白和え					
3時	ポテチーズ	喫茶室ポピー					