



# メニュー表



© dak

		6月28日(月)	6月29日(火)	6月30日(水)	7月1日(木)	7月2日(金)	7月3日(土)	7月4日(日)
朝	A	米飯 三度胡麻和え 大根とがんもの煮物 みそ汁(たまねぎ・エノキ) 果物(マンゴ-)	イチゴツイスト 二色オムレツ たまごサラダ 果物缶(みかん) 牛乳200	米飯 白菜の土佐和え そうめん汁 果物缶(白桃)	米飯 白菜人参の煮浸し 朝 温泉卵 果物缶(リンゴ) みそ汁(大根)	ミニココツイスト コンソメスープ煮(ハム)2 果物缶(みかん) 牛乳200	米飯 ブロッコリーのゴマ和え朝 鰯の生姜煮(2尾) 果物(バナナ) みそ汁(たまねぎ・イモ)	カスタードクリームパン(85) 野菜サラダ② 添・和風ドレッシングパック コンソメスープ(玉葱) 果物缶(白桃)
昼	A	米飯 鮭マヨネーズ焼60g南瓜 茄子味噌炒め1/2 わらび草の胡麻和え 中華スープ(豆腐)	米飯 オムレツマトソース 60 ポイルサラダ(カニ)1/2 添・マヨネーズパック(10) 春雨の煮物 みそ汁(里芋・葱)	米飯 鶏肉ホワイトソースかけ60 小松菜の酢みそ和え 抹茶ゼリー小倉あん 清汁(切麩・みつば)	米飯 赤魚の煮魚(三度) 煮物(油揚げ・芋)②1/2 小松菜辛子マヨ和え 赤だし(板ふ・三つ葉)	米飯 鯖の竜田揚げ60 ミモザサラダ 添・マヨネーズパック(10) 高野の煮付け みそ汁(フ・ネギ)	米飯 鶏のオープン焼60 添・ウスターソースパック オムレツ炒め 果物缶(黄桃) 冷小うどん(ミョウガ)	米飯 柚子香る卸し煮魚90 炒め煮③1/2 金銀豆腐② りんごゼリー②
夕	A	米飯 焼肉風50 白菜(チーズ)サラダ1/2 添・シーフードレタリングP 大根の煮物② みじん鰹たくあん	米飯 鯛の塩麹焼60 八宝菜1/2 冷奴(花かつお)1/6 添しょうゆパック 刻みしば漬け	米飯 エビフライ(2ヶ) 添・タルタルソース 南瓜サラダ(チーズ) 冬瓜のくず煮 みじん鰹たくあん	米飯 チンジャオロース(豚)50 春雨サラダ1/2 添・ゴマ醤油ドレッシング 煮豆(金時豆) しその実漬け	米飯 時雨煮3(牛・イモ)50 ハンパンス-2(蟹)1/2 ひじき炒り煮 ピーマン漬	米飯 揚魚 フリソースかけ 豆腐サラダ2 1/8 添・和風ドレッシングパック かか煮(じゃが芋) 刻みしば漬け	米飯 トウモロコシ(照焼) マゼンタサラダ1/2② 野菜炒め 昆布佃煮



介護付有料老人ホーム  
あいらの杜 宇治五ヶ庄