



食事メニュー表



	11月29日(月)	11月30日(火)	12月 1日(水)	12月 2日(木)	12月 3日(金)	12月 4日(土)	12月 5日(日)
朝	A 米飯 和え物(ブロッコリ)朝 だし巻き1/6 みそ汁(キリ・ワカメ) 果物缶(みかん)	そばろパン 和え物 添・和風ドレッシング(ハック) コンホー・チーズスープ 果物缶(リンゴ)	米飯 コンソメスープ(ハム)2 鯛の梅煮(2尾) 清汁(ワカメ・キリ) 果物缶(みかん)	ミ黒糖ワイス 大根サラダ 添・青じそドレッシング 果物缶(黄桃) 牛乳200	米飯 白菜の土佐和え そうめん汁 果物缶(白桃)	食パン100g 仔ゴシヤム ミネストローネ(ハム) 果物缶(黄桃) 牛乳200	米飯 三度胡麻和え 大根とがんもの煮物 みそ汁(タネ・エノ) 果物(マンゴ-)
昼	A 米飯 魚パジル焼60 挽肉の野菜炒め1/2 めた和え三度(ササミ) みそ汁(揚げ里芋)	米飯 中華丼 野菜生姜酢和え 果物缶(白桃黄桃) 中華スープ(青梗菜)	米飯 鯖竜田揚げ(青梗菜) 吹きよせ煮(里芋) ブロッコリーのゴマ和え 赤だし(切麩・三菜)	米飯 キンpira60 添・ウスターソース(ハック) マカロニサラダ(サラダ)1/2 高野と茸の卵とじ クリームチーズ	米飯 魚ムニエル90(三度) 添・ウスターソース(ハック) 野菜炒め⑨1/2 さつま芋サラダ 味噌汁(大根7g)	米飯 時雨煮(牛・ニン)60 春雨サラダ3 添・ゴマ醤油ドレッシング 豆乳ゼリー(抹茶) 清汁(切麩・ねぎ)	米飯 炊き込み御飯 玉子サラダコロケ フルーツゼリー(桃・ミカン) みそ汁(里芋・葱)
夕	A 米飯 すき焼き40 マトアサダ③1/2 青菜とハムの炒め物 ピーマン漬	米飯 揚げイあんかけ60 かぼちゃサラダ1/2 卵の花 昆布佃煮	米飯 豚肉甘辛ソースかけ ホイルサラダ(白菜)1/2 添・マヨネーズ(ハック)(10) 煮豆(金時豆) 刻みしば漬	米飯 煮魚(三度豆) 炒り豆腐(蒲鉾)1/2 白菜の胡麻和え② みじん鯉たくあん	米飯 煮込みハンバーグ 豆腐サラダ② 1/2 添・みそドレッシングP 切干大根煮(かぼ・コ) ピーマン漬	米飯 さわらの塩麹焼90 含め煮1/2 ブロッコリー・マヨネーズ ピーマン漬	米飯 豚肉の炒め物 炊き合せ(コウ・鯖・ニン) 胡瓜かか和え みじん鯉たくあん

介護付有料老人ホーム
あいらの杜 宇治五ヶ庄

