



# 食事メニュー表

12月～1月



		12月27日(月)	12月28日(火)	12月29日(水)	12月30日(木)	12月31日(金)	1月1日(土)	1月2日(日)
朝	A	そばろパン キャベツ味噌味噌汁 果物(マンゴー) 牛乳200	米飯 和え物(ブロッコリ)朝 だし巻き1/6 みそ汁(キリフ・ワカメ) 果物缶(みかん)	そばろパン オニオンサラダ 添・和風ドレッシングパスタ コンボータージュスープ 果物缶(リンゴ)	米飯 コンソメスープ煮(ハム)2 鯛の梅煮(2尾) 清汁(ワカメ・キリフ) 果物缶(みかん)	ミニ黒糖ツイスト 大根サラダ 添・青じそドレッシング 果物缶(黄桃) 牛乳200	全粥250g 小豆がゆ 雑煮 蒲鉾・黒豆・数/子	米飯 清汁(具30) 数/子・黒豆・膾軟
昼	A	米飯 鶏ごまてり煮60 サラダ(卵)1/2 添・青じそドレッシング ハム・トマト炒め② 中華スープ(豆腐)	米飯 魚バジル焼60 挽肉の野菜炒め1/2 ぬた和え三度(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) ブロッコリのゴマ和え 赤だし(切麩・三葉)	米飯 チキンフライ60 添・ウスターソースパスタ マカロニサラダ(サラダ)1/2 高野と茸の卵とじ 年越しそば	米飯 鱈の照焼 60 炊き合せ 膾軟・伊達・アヒル 潮汁	米飯 ミートローフ・フリッター 冬野菜/コンソメ煮1/2 お浸し(イタリアン風) コンポート(白桃)
夕	A	米飯 フライ(エビ・魚) 添・ウスターソースパスタ きのこ豆腐②1/6 納豆草わさび和え 昆布佃煮	米飯 ずき焼き40 オムレツ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 ポトフ(白菜)1/2 添・マヨネーズパスタ(10) 煮豆(金時豆) 刻みしば漬け	米飯 煮魚(三度豆) 炒り豆腐(蒲鉾)1/2 白菜の胡麻和え② みじん羅たくあん	米飯 時雨60・煮物(大根) 菊・黒豆・浸し・錦 果物(みかん) L80	米飯 鯛の塩焼き 煮付け1/2 和物・和物(栗)

介護付有料老人ホーム

あいらの杜 宇治五ヶ庄

