

# 令和4年



## 食事メニュー表



		1月 3日(月)	1月 4日(火)	1月 5日(水)	1月 6日(木)	1月 7日(金)	1月 8日(土)	1月 9日(日)
朝	A	そぼろパン キャベツ味噌味ソー 果物(マンゴー) 牛乳200	イチゴツイスト 二色サラダ たまごサラダ 果物缶(みかん) 牛乳200	米飯 白菜人参の煮浸し 朝 温泉卵 みそ汁(大根) 果物缶(リンゴ)	ミルクイスト コンソメスープ 煮(ハム)2 果物缶(みかん) 牛乳200	米飯 大根の煮物 鰯の生姜煮(2尾) みそ汁(タマギ・イモ) 果物缶(黄桃)	カスタークリームパン(85) 野菜サラダ 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)	米飯 ミストローネ(ハム) 切干煮 軟 みそ汁(白菜・柿) 果物缶(黄桃)
昼	A	米飯 炊き込み御飯 干草焼き(ツナ) フルーツゼリー(桃・ミカン) 味噌汁(花麩・わかめ)	米飯 鶏のコマ味噌60 チーズサラダ 添・シーザードレッシングP 五目煮 かき卵汁(切麩)	米飯 サバ塩焼き60 添しょうゆパック 市松煮(ツナ・ササミ)1/2 ほうれん草磯和え 赤だし(板ふ・三つ葉)	米飯 親子丼② オスターソース炒め(えび) ヨーグルト和え(黄桃) けんちん汁	米飯 鰯の揚煮(三度)60 カボチャサラダ1/2 ツナの炒煮 清汁(タマリ)	米飯 鶏ホワイトソースか②90 中華風和物(タマネギ)1/2 りんごゼリー ② コンソメスープ(白菜)	米飯 味付ニール90 筑前煮(鶏イモ) 胡瓜の酢の物2 豆乳ゼリー(ココア)
夕	A	米飯 豚肉のオスターソース炒め わかめサラダ(ハム)② 大根のくず煮 みじん鯉たくあん	米飯 柚子香る卸し煮魚60 中華風酢の物(ササミ)軟 グラタン(ツナ) ピーマン漬	米飯 オムレツホワイトソースかけ お肉サラダ(納豆)1/2 ツナサンドレッシング15g 煮豆(金時豆) しその実漬け	米飯 コンビフライ② 添・オスターソースパック ひじきの炒り煮 大根のゴマ和え ピーマン漬	米飯 豚肉の炒め物90 五目味噌和え1/2 含め煮(里芋) 刻みしば漬け	米飯 西京焼(魚60) ハムわかめサラダ1/2 炒め物(ピーマン)③ 昆布佃煮	米飯 出し巻き100(ピーマン) マーボー豆腐1/2 ブロッコリー・マヨネーズサラダ ピーマン漬



介護付有料老人ホーム  
あいらの杜 宇治五ヶ庄