

令和4年



食事メニュー表



		1月10日(月)	1月11日(火)	1月12日(水)	1月13日(木)	1月14日(金)	1月15日(土)	1月16日(日)
朝	A	そばろパン キャベツ味噌味汁 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(キウイ・ワカメ) 果物缶(みかん)	そばろパン オムレツ 添・和風ドレッシングパック コンホーチーズスープ 果物缶(リンゴ)	米飯 コンソメスープ煮(ハム)2 鯛の梅煮(2尾) 清汁(ワカメ・キウイ) 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	米飯 白菜の土佐和え そうめん汁 果物缶(白桃)	食パン100g 仔コシヤム ミネストローネ(ハム) 果物缶(黄桃) 牛乳200
昼	A	米飯 焼肉70 錦糸子ズク1/2 サラダドレッシング15g ヨーグルト和え(黄桃) 清汁(ワカメ・ねぎ)	米飯 さばのみそ煮(白葱) ハヤシ厚焼の煮浸し1/2 トマトサラダ 添・マヨネーズパック(10) 清汁(トロ・花魁・絆)	米飯 おでん(卵厚揚げパン) 添・からしパック ポトフ炒め(ハム)② 三度豆の胡麻和え	米飯 鮭のマヨネーズ焼60 信田煮(厚焼) 杏仁豆腐 かき卵汁(切麩)	米飯 卵丼 蒸肉シューマイ(2分付) 添しょうゆパック 添・からしパック ヨーグルト和え 中華スープ(春雨)	米飯 鯖の唐揚げ野菜あん キャベツの炒め物1/2 卵豆腐 みそ汁(大根)	米飯 鶏肉焼肉イトソース⑤ 白菜と揚げの煮物 ポイルサラダ 添・マヨネーズパック(10) 中華スープ(卵)
夕	A	米飯 白身魚野菜あん炒 炊合せ②(トウモロコシ) わか草わさび和え② みじん鯉たくあん	米飯 豚の生姜焼 60 春雨の酢の物(か)1/2 高野の揚げ煮 刻みしば漬	米飯 サミチーフライ② 添・ウスターソースパック 辛子和え(白菜)1/2 抹茶どりー小豆あん② 昆布佃煮	米飯 時雨煮60(豚・南瓜) 中華風炒め(野菜)1/2 人参サラダ① 刻みしば漬	米飯 白身魚アゲアゲツツア風 オイスターソース炒め(白菜) 練りゴマ和え三度 みじん鯉たくあん	米飯 松風焼 市松煮(ジャガ・サン)1/2 サミとブロッコリー和え物 ピーマン漬	米飯 白身魚バジルソース炒 柚子味噌かけ 胡瓜のゴマ和え 昆布佃煮

介護付有料老人ホーム

あいらの杜 宇治五ヶ庄

