



# メニュー表



	12月14日(月)	12月15日(火)	12月16日(水)	12月17日(木)	12月18日(金)	12月19日(土)	12月20日(日)
朝	A 米飯 ミネストローネ(和) 切干煮 軟 みそ汁(白菜・柿) 果物缶(黄桃)	そばろパン 和え物(味噌・リンゴ) 果物(マンゴー) 牛乳200	米飯 和え物(ブロッコリー)朝 だし巻き1/6 みそ汁(和・和) 果物缶(みかん)	そばろパン 和え物 和風ドレッシング(和) コンボク(和)スープ 果物缶(リンゴ)	米飯 コンボク(和)煮(和)2 鯛の梅煮(2尾) 清汁(和・和) 果物缶(みかん)	ミニ黒糖ワイス 大根(和) 和・青じそドレッシング 果物(バナナ) 牛乳200	米飯 白菜の土佐和え そうめん汁 果物缶(白桃)
昼	A 米飯 魚の塩焼 和え物(和・和) ヨーグルト和え(和) 小うどん(和)	米飯 鶏ごまてり煮60 和え物(和)1/2 和・青じそドレッシング 和・和炒め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 めた和え三度(和) みそ汁(揚げ里芋)	米飯 中華丼 野菜生姜酢和え 和・和(和・和) 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) ブロッコリーの和え 赤だし(切葱・三葉)	米飯 和風のクリーム(和) 鶏の竜田揚げ	米飯 魚(和)90(三度) 和・和(和) 野菜炒め②1/2 さつま芋(和) 味噌汁(大根(和))
夕	A 米飯 和風煮込(和)80 吹き合せ(和)1/2 和・和和え ピーマン漬	米飯 和(和・和) 和・和(和) きのこ豆腐②1/6 和・和(和) 昆布佃煮	米飯 ずき焼き40 和(和)③1/2 青菜と和の炒め物 ピーマン漬	米飯 和(和)あかけ60 かぼちゃサラダ1/2 卵の花 昆布佃煮	米飯 豚肉(和)かけ 和(和) (白菜)1/2 和・和(和) (和) 煮豆(金時豆) 刻みしば漬け	米飯 煮魚(三度豆) 炒り豆腐(蒲蓆)1/2 白菜春菊(和)和え みじん細かくあん	米飯 煮込み(和) 豆腐(和)② 1/2 和・和(和) (和) 切干大根煮(和) 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

