

献立表

[おたるレディースクリニック]

<常食>

(2020年 9月27日～2020年10月 3日)

	9月27日 (日)	9月28日 (月)	9月29日 (火)	9月30日 (水)	10月 1日 (木)	10月 2日 (金)	10月 3日 (土)
朝食	パン パンプキンスープ スペイン風オムレツ 牛乳	米飯200g 味噌汁 サケの塩焼き 厚焼き玉子 長芋梅和え 牛乳	米飯200g 味噌汁 肉じゃが もずく和え ふりかけ 牛乳	米飯200g 味噌汁 チキン二色巻き 海藻サラダ ふりかけ 牛乳	米飯200g 味噌汁 あじ柚子風味焼き 昆布の煮物 梅干し 牛乳	米飯200g 味噌汁 里芋そぼろあんかけ 笹かま のり佃煮 牛乳	米飯200g 味噌汁 サンマの蒲焼き 煮奴 たくあん漬 牛乳
昼食	カツカレー コンソメスープ 盛り合わせサラダ ミルクデザート	米飯200g 味噌汁 鶏の唐揚げ スパゲティサラダ 磯和え 果物	エビピラフ コーンスープ 鶏照り焼き アスパラガかけ 果物	かき揚げうどん おにぎり 五目玉子焼き 果物	栗ご飯 そうめん汁 鮭のバター醤油焼き 根菜サラダ 白玉団子	ロールパン ポトフ 白身フライ 大根サラダ フルーツ	豚丼 味噌汁 炊き合わせ 小松菜お浸し 果物
夕食	米飯200g 味噌汁 親子とじ 大根のかにあんかけ 菜の花のお浸し ジュース	米飯200g クラムチャウダー ポークステーキ サラダ 乳酸菌飲料	米飯200g けんちん汁 ホッケ味噌漬け焼き フライ オクラサラダ ヨーグルト	米飯200g 味噌汁 鶏団子鍋風 かに風味卵巻き ほうれん草なめ茸かけ ゼリー	スパゲティミートソース コンソメスープ ハンバーグ 乳酸菌飲料	海鮮チャーハン かき卵スープ 焼き餃子 ナムル ジュース	キーマカレー コーンスープ チキンカツ ジュース
3	ホットケーキ	プリンアラモード	チーズケーキ	さつま芋ケーキ	黒ゴマプリン	どら焼き	ドーナッツ