

献立表

[おたるレディースクリニック]

<常食>

(2020年10月 4日～2020年10月10日)

	10月 4日 (日)	10月 5日 (月)	10月 6日 (火)	10月 7日 (水)	10月 8日 (木)	10月 9日 (金)	10月10日 (土)
朝食	パン パンプキンスープ オムレツ ｶﾌﾌﾗｰのﾗﾀﾞ ｼﾞｰｽ	米飯200g 味噌汁 サケの塩焼き 野菜卵とじ 白菜のお浸し のり佃煮 牛乳	米飯200g 味噌汁 さつま煮 たらと鶏のミートボール 金平ポテト 梅干し 牛乳	米飯200g 味噌汁 豚肉野菜巻き 納豆 ほうれん草しらす和え 牛乳	米飯200g 味噌汁 鶏そぼろ信田煮 ゆかり和え ふりかけ 牛乳	米飯200g 味噌汁 肉団子煮 じゃがいも土佐煮 のり佃煮 牛乳	米飯200g 味噌汁 ｸﾗﾌﾞ西京焼き 卵豆腐 小松菜海苔和え ふりかけ 牛乳
昼食	米飯200g 味噌汁 ﾀﾗの磯部揚げ 南瓜の煮物 大根サラダ デザート	オム焼きそば 中華スープ 焼き餃子 果物	えびとじ丼 味噌汁 オクラ和風サラダ 果物	醤油ラーメン 春巻き・揚げシューマイ 杏仁豆腐	ハヤシライス オニオンスープ ﾛｰﾙｷﾞﾊﾞｰｸﾘｰﾑ煮 果物	カレーうどん おにぎり シーフードサラダ 果物	照り焼き丼 味噌汁 ポテトサラダ ミルクゼリー
夕食	米飯200g 味噌汁 チキン南蛮 冷奴 なす田楽 乳酸菌飲料	米飯200g 味噌汁 魚のあんかけ香味野菜 クリームコロッケ ｱｽﾊﾟﾗｯｸﾞﾏﾖかけ ｼﾞｰｽ	米飯200g コーンスープ 鶏肉のトマト煮 きのこのバター醤油ﾊﾟ 南瓜ﾗﾀﾞ 野菜ｼﾞｰｽ	おにぎり すまし汁 サバの味噌煮 ビーフンソテー ｶｶﾞﾍﾞｰｺﾝｻﾗﾀﾞ 果物	炊き込みごはん 味噌汁 白身魚の香味ソース 炒り豆腐 菜の花菜種和え ゼリー	米飯200g 具沢山汁 ホッケの塩焼き 豆腐真丈の煮物 ほうれん草のお浸し ヨーグルト	米飯200g 味噌汁 柳川風煮 さつま芋そぼろあん 大根の梅じゃこ和え ｼﾞｰｽ
3	ホットケーキ	チーズケーキ	プリンアラモード	さつま芋ケーキ	黒ゴマプリン	どら焼き	ドーナッツ