

週間献立表



老健カントリーハーベスト北本

5月22日(日) ~ 5月28日(土)

	5月22日(日)	5月23日(月)	5月24日(火)	5月25日(水)	5月26日(木)	5月27日(金)	5月28日(土)
朝食	A定食 米飯 味噌汁(豆腐・ネギ) 五目大豆 キャベツのかか和え のり佃煮	A定食 米飯 味噌汁(しめじ・インゲン) ひき割り納豆 白菜うすくず煮 柚子みそ	A定食 米飯 味噌汁(茄子・えのき) さつま揚げの煮物 もやしの辛子和え Caふりかけ のりかつお	A定食 米飯 味噌汁(かぶ・かぶ葉) 京がんもの含め煮 ほうれん草ゆかり和え あみ佃煮	A定食 食パン ブルーベリージャム 野菜スープ オムレツ パイン缶	A定食 米飯 味噌汁(南瓜・インゲン) ウイナーと野菜の炒め物 なめ茸和え 梅びしお	A定食 米飯 味噌汁(豆腐・絹さや) はんぺんふわふわ煮 じゃこ浸し ふりかけ
	B定食 食パン ブルーベリージャム オレンジジュース 五目大豆 キャベツのかか和え	B定食 食パン りんごジャム コンソメスープ ミネストローネ風 白菜うすくず煮	B定食 食パン マーマレードジャム りんごジュース さつま揚げの煮物 もやしの辛子和え	B定食 食パン いちごジャム 野菜ミックスジュース 京がんもの含め煮 ほうれん草ゆかり和え	B定食 食パン ブルーベリージャム 野菜スープ オムレツ パイン缶	B定食 食パン りんごジャム コンソメスープ ウイナーと野菜の炒め物 なめ茸和え	B定食 食パン マーマレードジャム グレープジュース はんぺんふわふわ煮 じゃこ浸し
昼食	米飯 味噌汁(もやし・花麩) 豚肉の南蛮焼き 五目巾着の煮物 白菜の塩昆布和え	米飯 春雨スープ 鱈のチリソース 大根とひき肉の中華煮 フルーツカクテル	三色丼 味噌汁(ほうれん草・玉ねぎ) 里芋の煮ころがし インゲンのマスタード和え	米飯 清まし汁(豆腐・みつば) 鶏肉のチーズ焼き ひじきの炒め煮 蒲鉾のしょうが風味和え	きつねうどん いももち 胡瓜とカニの酢の物 ヨーグルト	ゆかりご飯 お吸い物 鯖の西京焼き 金平ごぼう ほうれん草のゴマ和え	米飯 味噌汁(じゃが芋・葉だいこん) 牛焼肉 竹輪の煮物 春雨サラダ
	窯焼きチーズケーキ 牛乳	アップルムース 紅茶	エクレア ジョア	小倉あんパイ 麦茶	せんべい 麦茶	お誕生日ケーキ 紅茶	コーヒーゼリー 牛乳
夕食	米飯 清まし汁(人参・油揚げ) ホッケの七味マヨネーズ焼き えびと野菜の炒め みぞれ酢和え	米飯 味噌汁(さつま芋・葉だいこん) 豆腐の野菜あん 鶏団子と野菜の煮物 カリフラワーとツナのサラダ	米飯 かき玉スープ ポトフ アスパラソテー 大根サラダ	米飯 味噌汁(わかめ・油揚げ) 赤魚の磯辺焼き 南瓜の甘煮 棒棒鶏サラダ	米飯 清まし汁(しめじ・花麩) 豚肉のカレー焼き インゲン味噌炒め 煮豆	麦ごはん 味噌汁(キャベツ・えのき) 鶏肉の照焼き とろろ芋 白菜の甘酢和え	米飯 味噌汁(インゲン・ネギ) 鮭のバター焼き 大根のスープ煮 漬物

御食事について何か御不明な点や御意見等がございましたら、施設栄養士まで御連絡ください。