

週間献立表



老健カントリーハーベスト北本

5月29日(日) ~ 6月4日(土)

	5月29日(日)	5月30日(月)	5月31日(火)	6月1日(水)	6月2日(木)	6月3日(金)	6月4日(土)
朝食	A定食 米飯 味噌汁(大根・人参) 炒り豆腐 白菜のお浸し たいみそ	A定食 米飯 味噌汁(ほうれん草・えのき) 生揚げと野菜炒り煮 きのこサラダ ふりかけ	A定食 米飯 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) ツナジャガ フレンチサラダ のり佃煮	A定食 米飯 味噌汁(しめじ・葉だいこん) 鮭と大根の煮物 しらす和え 桜でんぶ	A定食 食パン いちごジャム コーンスープ コンビーフソテー みかん缶	A定食 米飯 味噌汁(キャベツ・人参) 鶏肉と野菜の煮込み 大根の酢の物 柚子みそ	A定食 米飯 味噌汁(南瓜・絹さや) 焼豆腐のおろし煮 キャベツのお浸し Caふりかけ たまご
	B定食 食パン いちごジャム オレンジジュース 炒り豆腐 白菜のお浸し	B定食 食パン ブルーベリージャム コンソメスープ 生揚げと野菜炒り煮 きのこサラダ	B定食 食パン りんごジャム りんごジュース ツナジャガ フレンチサラダ	B定食 食パン マーマレードジャム 野菜ミックスジュース 鮭と大根の煮物 しらす和え	B定食 食パン いちごジャム コーンスープ コンビーフソテー みかん缶	B定食 食パン ブルーベリージャム コンソメスープ 鶏肉と野菜の煮込み 大根の酢の物	B定食 食パン りんごジャム グレープジュース 焼豆腐のおろし煮 キャベツのお浸し
昼食	米飯 味噌汁(茄子・油揚げ) ホッケの塩焼き さつま揚げの煮物 マカロニサラダ	スパゲティミートソース コンソメスープ 野菜とコーンのソテー 洋梨缶	米飯 清まし汁(とろろ昆布・ネギ) 鯖の味噌煮 炒めビーフン ほうれん草の生姜和え	カレーライス きのこスープ コールスローサラダ フルーチェ	米飯 味噌汁(じゃが芋・絹さや) 鶏肉の南部焼き 茄子の香味炒め 切干大根と小松菜の梅肉和え	米飯 味噌汁(ほうれん草・玉ねぎ) メンチカツ 竹輪の炒り煮 ザーサイ和え	米飯 味噌汁(手まり麩・大根) 鯖のネギ蒸し さつま芋の甘煮 ミモザサラダ
	おやつ	ブッセ 紅茶	バームクーヘン 牛乳	あんドーナツ 牛乳	たまごロールケーキ 麦茶	バニラババロア ヤクルト	せんべい 牛乳
夕食	米飯 味噌汁(手まり麩・かいわれ) 豚肉のマスタード焼き ゴボウコンニャクの炒り煮 和風合わせ	米飯 味噌汁(なめこ・ネギ) ピーマンの肉詰め焼き かぶのスープ煮 もやしとカニカマのピリ辛和え	米飯 味噌汁(人参・インゲン) 親子煮 青梗菜とベーコンのさっと煮 おかか昆布	米飯 清まし汁(さつま芋・ネギ) 豆腐とえびの炒め煮 蓮根の煮物 ドレッシング和え	米飯 味噌汁(豆腐・油揚げ) 魚の甘酢あんかけ 大根柚香煮 海の幸サラダ	米飯 清まし汁(インゲン・えのき) 魚のトマト煮 青菜炒め りんご缶	米飯 清まし汁(玉ねぎ・みつば) 豚しゃぶのゴマダレかけ 青梗菜ときのこの煮浸し 煮豆

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。