

週間献立表



老健カントリーハーベスト北本

6月12日(日) ~ 6月18日(土)

	6月12日(日)	6月13日(月)	6月14日(火)	6月15日(水)	6月16日(木)	6月17日(金)	6月18日(土)
朝食	A定食 米飯 味噌汁(キャベツ・絹さや) がんもの煮物 もやしの生姜和え のり佃煮	A定食 米飯 味噌汁(南瓜・玉ねぎ) 炒り豆腐 インゲンの和え物 梅びしお	A定食 米飯 味噌汁(しめじ・エンドウ) はんぺんふわふわ煮 千切り野菜サラダ ふりかけ	A定食 米飯 味噌汁(豆腐・絹さや) 大根つや煮 かか和え 桜でんぶ	A定食 食パン ブルーベリージャム コンソメスープ 南瓜とハムのサラダ パイン缶	A定食 米飯 味噌汁(じゃが芋・葉だいこん) 大豆とささみの煮込み ごまマヨネーズ和え たいみそ	A定食 米飯 味噌汁(大根・人参) オムレツ 白菜のゆかり和え 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 がんもの煮物 もやしの生姜和え	B定食 食パン りんごジャム コンソメスープ 炒り豆腐 インゲンの和え物	B定食 食パン マーマレードジャム りんごジュース はんぺんふわふわ煮 千切り野菜サラダ	B定食 食パン いちごジャム 野菜ミックスジュース 大根つや煮 かか和え	B定食 食パン ブルーベリージャム コンソメスープ 南瓜とハムのサラダ パイン缶	B定食 食パン りんごジュース コンソメスープ 大豆とささみの煮込み ごまマヨネーズ和え	B定食 食パン マーマレードジャム グレープジュース オムレツ 白菜のゆかり和え
昼食	米飯 清まし汁(とろろ昆布・葉だいこん) さわらの幽庵焼き 茄子のそぼろ炒め ツナ和え	ためきうどん にらまんじゅう 菜の花の柚子浸し みかん缶	米飯 味噌汁(もやし・わかめ) タンドリーチキン 五目うま煮 マセドアンサラダ	米飯 清まし汁(ほうれん草・ネギ) 鮭のムニエルタルソース 里芋のそぼろ煮 酢醤油和え	オムライス 豆腐スープ ほうれん草とコーンのソテー バナナ	米飯 レタスと油揚げの中華スープ チンジャオロース 青梗菜ときのこの煮浸し 春雨サラダ	米飯 味噌汁(茄子・油揚げ) 鶏肉のネギ塩焼き レンコン金平 インゲンのポン酢和え
	エクレア ヤクルト	紅葉まんじゅう 麦茶	黒糖ケーキ 牛乳	かつぱえびせん 麦茶	プリン 紅茶	オレンジケーキ 紅茶	クッキー 牛乳
夕食	米飯 味噌汁(大根・油揚げ) 豚肉のカレー焼き 竹輪の煮物 しそ和え	米飯 卵スープ ミートボールのコンソメ煮 マカロニソテー カリフラワーサラダ	米飯 清まし汁(手まり麩・かいわれ) 鯖の味噌煮 ゴボウコンニャクの炒り煮 白菜の塩昆布和え	米飯 味噌汁(キャベツ・人参) 牛肉甘辛煮 茄子のじゃこ炒め おかか昆布	米飯 清まし汁(インゲン・えのき) カレイのごまだれ焼き かぶのえびあんかけ なめ茸の和え物	米飯 味噌汁(なめこ・絹さや) 魚のピカタ焼き さつま芋のレモン煮 柚子白菜漬け	米飯 清まし汁(手まり麩・みつば) 佃団子と野菜の煮物 ひじきの炒め煮 金時煮豆

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。