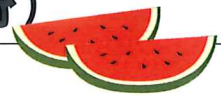


グループホーム いほいの里 7月予定献立表(後半分)



16	朝：ご飯・切干煮・フルカケ・味噌汁 昼：ご飯・中華風煮魚・味噌炒め・ピリ辛あえ 水タ：ご飯・豆腐ステーキ・マカロニサラダ おかかあえ・味噌汁	24	朝：ご飯・卵の花サラダ・フリカケ 昼：ご飯・関東煮・生姜あえ・洋風炒りたまご 味噌汁 木タ：ご飯・野菜の洋風煮・ポテトサラダ・いりこあえ 清汁
17	朝：ご飯・ハムピカタ・のり佃煮・味噌汁 昼：食パン（ジャム）・ハンバーグのデミソース きのこサラダ・フルーツヨーグルト・ポタージュ 木タ：ご飯・なすの薬味のせ・ポン酢あえ・鶏うめ 味噌汁	25	朝：ご飯・味噌汁・ねり梅・味噌汁 昼：ご飯・寿魚・野菜入り玉子・なすのピリ辛煮 味噌汁 金タ：
18	朝：ご飯・青菜煮・いりこみそ・味噌汁 昼：ご飯・魚のあんかけ・バター醤油炒め わさび和え・白味噌汁 金タ：	26	朝： 昼：お休み 土タ：
19	朝： お休み 土タ：	27	朝： 昼：お休み 日タ：
20	朝： 昼：お休み 日タ：	28	朝： 昼：ご飯・魚の竜田揚げ・梅いりこあえ・トマト煮 味噌汁 月タ：ご飯・野菜スープ煮・玉子の柔らかか寄せ くるみ和え・味噌汁
21	朝： 昼：お休み 月タ：	29	朝：ご飯・ハムピカタ・のり佃煮・味噌汁 昼：ご飯・鶏のパン粉焼・スパゲティソテー おからあえ・味噌汁 火タ：ご飯・魚の西京焼・里芋煮・なすおろし 清汁
22	朝： 昼：冷やし中華・アボガドサラダ・揚げ物・デザート 火タ：ご飯・魚のマリネ・和ビーフン・からしあえ 味噌汁	30	朝：ご飯・味豆昆布・味噌汁 昼：ご飯・麻婆豆腐・春巻・韓国あえ 中華風スープ 水タ：カレーライス・カニ玉ロール フルーツヨーグルト
23	朝：ご飯・根菜煮・味噌汁 昼：食パン（ジャム）・エビフライ・トマトサラダ コーヒゼリー・クラムチャウダー 水タ：ご飯・鶏の醤油マヨ焼・みぞれ煮・もずく酢・味噌汁	31	朝：ご飯・魚の甘辛焼・ねり梅 ★ 家族昼食会 ★ 昼：うなぎ丼・玉子五目焼・炊き合わせ・果物 レモンティー（紙パック）・味噌汁 木タ：ご飯・豚肉ゴマソース・大根煮・塩昆布和・味噌汁

