

グループホーム いぽりの里 2献立表(後半分)



朝:		朝:	
16 月	朝: 昼: 夕:	24 火	朝: 昼: 夕:
	きつねうどん・ポン酢和え・玉子焼・ヨーグルト 中華飯・春雨サラダ・玉子とじ・中華スープ		パン・トリ鶏のパン粉焼・スープ煮・トマト和え 味噌汁 ご飯・魚のネギ味噌焼・ピーフン・からしあえ 清汁
17 火	朝: 昼: 夕:	25 水	朝: 昼: 夕:
	ご飯・味付けツナ・ねり梅・味噌汁 ロールパン・クリーム煮・葉巻サラダ・ジュース コーヒーゼリー ご飯・鶏のみぞれがけ・ごった煮・青菜炒め 味噌汁		ご飯・青菜煮・いりこみそ・味噌汁 焼そば・山いもあえ・含め煮・デザート ご飯・豆腐ハンバーグ・ごまマヨネーズ ピリ辛炒・味噌汁
18 水	朝: 昼: 夕:	26 木	朝: 昼: 夕:
	ご飯・魚の照焼・フリカケ・味噌汁 ご飯・豆腐のスープ煮・ごまあえ・甘酢鶏 ご飯・魚の柚子香焼・チリソース炒め スープ煮・味噌汁		おろし団子・味付けのり・味噌汁 ご飯・鶏の海苔焼・ゆず味噌煮・ツナ和え ご飯・魚の梅肉焼・薬味豆腐・ピーナツ和え 味噌汁
19 木	朝: 昼: 夕:	27 金	朝: 昼: 夕:
	ご飯・スクランブルエッグ・のり佃煮・味噌汁 食パン(ジャム)・野菜のトマト煮・ハムサダラ グラタン・牛乳 ご飯・麻婆茄子・インゲン肉巻・たたき胡瓜 中華風スープ		ご飯・ハムピカタ・のり佃煮・味噌汁 食パン(ジャム)・ブラウンシチュー・ジュース きのこサラダ・フルーツヨーグルト
20 金	朝: 昼: 夕:	28 土	朝: 昼: 夕:
	ご飯・卵の花サラダ・たいみそ・味噌汁 味噌ラーメン・長いもサラダ・豆腐の挽肉包み ゼリー ご飯・焼魚・みぞれあえ・大豆煮・味噌汁		お休み
21 土	朝: 昼: 夕:		朝: 昼: 夕:
	ご飯・根菜煮・味付のり・味噌汁 ご飯・生姜煮・野菜入り玉子・ポン酢あえ・味噌汁		*
22 日	朝: 昼: 夕:		朝: 昼: 夕:
23 月	朝: 昼: 夕:		朝: 昼: 夕:
			*

