



食事メニュー

2016年6月

ぶらむの里

日	月	火	水	木	金	土	
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	
肉団子・ジャガイモの甘辛煮・生野菜 冷奴 茄子の味噌汁 オレンジ *バナナケーキ	カレーのフライ・生野菜 小松菜のお浸し きゅうちゃん漬け エノキの澄まし汁	鶏胸肉のやわらか煮・生野菜 ブロッコリーの胡麻和え わかめと巻麩の澄まし汁 アセロラゼリー	鮭の味噌マヨ焼き・生野菜 厚揚げと白菜の煮物 サツマイモのレモン煮 ワカメの中華スープ	鶏の生姜焼き・生野菜 小松菜の胡麻和え 南瓜・椎茸の味噌汁 オレンジゼリー	冷やしそうめん おにぎり キャベツと塩コンブのさっと和え	白身魚の香味ソースかけ・生野菜 ピーマン・竹輪ちりめんの醤油煮 明太子昆布の佃煮 具たくさん味噌汁	
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	
焼き飯 青梗菜とコーンの和え物 ワンタンと春雨のスープ オレンジ *オペラケーキ	鶏の照り焼き・生野菜 冷奴 きゅうちゃん漬け 南瓜の味噌汁	鯖の生姜醤油煮・生野菜 根菜の煮物 豆腐の澄まし汁 キウイフルーツ	豚肉もやし巻ソテー・生野菜 トマトマリネ キウイ・オレンジ	稲荷ずし・甘酢生姜 ミニうどん オレンジ	お好み風ハンバーグ・生野菜 ジャガイモと玉ねぎの煮物 胡麻昆布 エリンギの中華スープ	アメエビ入りチヂミ・生野菜 厚揚げと玉ねぎの生姜炒め 大根の味噌汁 マンゴプリン	オムレツ・生野菜 竹輪の磯辺揚げ 大根の漬物 巻麩ととろろ昆布の澄まし汁
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日	
鯖の塩焼き・おろしポン酢・生野菜 ニラの玉子とじ きゅうちゃん漬け 大根の味噌汁 *バナナケーキ	豚肉オイスターソース炒め・生野菜 南瓜サラダ えのきの味噌汁 マンゴプリン	豆腐ステーキ・生野菜 里芋の田楽 玉ねぎと薄揚げの味噌汁 オレンジゼリー	サンマのかば焼き・生野菜 しらすのおろしポン酢 茄子と生姜の澄まし汁 フルーツヨーグルト	そば飯・巣籠り玉子 エノキの澄まし汁 オレンジゼリー	カレーのフライ・生野菜 青梗菜とコーンの和え物 大根の味噌汁 オレンジ	赤魚の塩焼き・生野菜 水菜とうすあげの煮浸し 冷奴 キャベツの味噌汁	五目玉子焼き・生野菜 レンコンのきんぴら 胡麻昆布 半ペンの澄まし汁
26日	27日	28日	29日	30日			
豚の生姜焼き・生野菜 ポテトサラダ 沢庵の黒胡麻和え 豆腐の味噌汁 *蒸しパン	海老カツ・生野菜 大根・人参の煮物 巻麩の澄まし汁 りんご	鶏のマーマレード焼き・生野菜 空芯菜のガーリック炒め 杏仁豆腐 玉子の中華スープ	ブロッコリー入り八宝菜 さんまの甘露煮 南瓜の味噌汁 アセロラゼリー	和風煮込みハンバーグ・生野菜 水菜と竹輪の煮浸し 杏仁豆腐 巻麩と玉子の澄まし汁	豚の野菜巻きフライ・生野菜 サンマの甘露煮 ししゃもの味噌汁 マンゴプリン		