

部屋: お名前: 様 2021年05月17日(月)～2021年05月23日(日)

	高血圧1900・75 A	高血圧1900・75 B	高血圧1900・75 A	高血圧1900・75 B
17日 (月)	米飯 鶏肉のチーズ焼き 添え野菜（ピーマン・マヨ和え（ブロッコ）大学芋） 	米飯 さけのムニエル 添え野菜（インゲン・グマヨ和え（ブロッコ）大学芋） 	米飯 かれいのタルソースかけ 添え野菜（玉ねぎ・ピーマン・カニかまサラダ） そうめん汁（あげ） キウイ 	ビビンバ カニかまサラダ そうめん汁（あげ） キウイ 
18日 (火)	米飯 あじのソテー 玉ねぎソース ピーナツ和え（アスパラ） きんぴらごぼう（こん） 	米飯 豚肉のケチャップ炒め 添え野菜（キャベツ・グアッ） ピーナツ和え（アスパラ） きんぴらごぼう（こん） 	米飯 麻婆豆腐（豚） サラダマリネ スープ（鶏・白菜） メロン 	米飯 明石焼き風卵焼き 添え野菜（大根・人参） サラダマリネ スープ（鶏・白菜） メロン 
19日 (水)	米飯 牛肉とマヨのカレー炒め 中華和え（オクラ・鶏ササミ） マスタード炒め（じゃ） 	米飯 かれいの揚げ出し 中華和え（オクラ・鶏ササミ） マスタード炒め（じゃ） 	米飯 さばの味噌煮 もずく酢 卵豆腐（冷） パイナップル 	米飯（半量） 焼きそば（豚） もずく酢 卵豆腐（冷） パイナップル 
20日 (木)	米飯 ほきの洋風煮込み 酢の物（きくらげ） 南瓜の煮物 	米飯 鶏肉の照りマヨ焼き 添え野菜（スパゲ） 酢の物（きくらげ） 南瓜の煮物 	米飯 ポークステーキ（BBQソース） 添え野菜（ブロッコ・ジャ） 韓国風サラダ かき玉汁（三つ葉） ソール元気ヨーグルト 	米飯 てんぷら（きす） 天つゆ 韓国風サラダ かき玉汁（三つ葉） ソール元気ヨーグルト 
21日 (金)	米飯 豚肉と白菜の春雨煮 くるみ和え（ブロッコ） 卵とじ（いんげん） 	米飯 たいの煮付け くるみ和え（ブロッコ） 卵とじ（いんげん） 	米飯 豆腐のキッシュ（ハム・ごぼうサラダ（マヨネーズ）） コンソメスープ（玉ねぎ） キウイ 	米飯 くずたき風（鶏・エビ） 添え温野菜（キャベツ・マヨネーズ） コンソメスープ（玉ねぎ） キウイ 
22日 (土)	米飯 さわらの梅しそ焼き 添え野菜（いんげん・甘酢和え（白菜）） 里芋の煮物 		米飯 豚こま酢豚 ナムル（ぜんまい） スープ（キャベツ） メロン 	
23日 (日)	米飯 牛肉の野菜炒め マヨ和え（アスパラ） 炒り豆腐（まいたけ） 		米飯 赤魚の焼き浸し おかか和え（小松菜） 味噌汁（白菜） パイナップル 	

選択メニューは月～金曜(祝日を除く)昼食と夕食です。申込はマークシート式で、★えんぴつ★で希望メニュー欄にマークし、切り取り線から離して回収箱に提出してください。マークが無い場合、A食で提供します。今回の締め切り期限、5月10日(月)12時まで。締め切り後は、希望メニューを提供できません。※アレルギー等禁止食品のある方：代替食材、代替料理となります。※主食が軟飯・全粥・パンの方：寿司は米飯。変わりご飯(チャーハン等)は軟飯は軟飯で提供、全粥・パンの方は全粥に具を混ぜる。丼物はおにぎり、全粥、パンのみ具を別盛します。※都合により、献立を一部変更する場合がありますので、ご理解をお願いいたします。

切---り---取---り---線

[illegible]