

# 高倉ひかり荘 献立表

10月10日(月)~10月15日(土)



	10月10日(月)	10月11日(火)	10月12日(水)	10月13日(木)	10月14日(金)	10月15日(土)
朝食	<p>ご飯、お味噌汁、サラダ、納豆、生卵、お漬物のほか、日替わりでお惣菜                      (例として～卵料理、焼き魚、シューマイ、ベーコン炒め、粗挽き鶏つくね、                      たけのこの土佐煮、もやしのキムチ和え、その他季節のお惣菜等)この中                      から3品が付きます。※生卵は夏季以外のご提供とさせて頂いております。</p>					
						
	10月10日(月)	10月11日(火)	10月12日(水)	10月13日(木)	10月14日(金)	10月15日(土)
夕食	 <p>糠にしん焼                      豚肉と白菜の煮物                      いかスナックフライ                      付合せ                      味噌汁など汁物                      お漬物</p>	 <p>カレイの蒲焼                      豚と筍の高菜炒め                      カリフラワーのドレッシング和え                      付合せ                      味噌汁など汁物                      お漬物</p>	 <p>ポークソテー                      豆腐の玉子あんかけ                      白菜のお浸し                      付合せ                      味噌汁など汁物                      お漬物</p>	 <p>かき揚げ丼                      しのだと大根煮                      菜の花の桜エビ和え                      付合せ                      味噌汁など汁物                      お漬物</p>	 <p>シチュー                      付合せ                      サラダ                      デザート</p>	 <p>イナダのニンニク黒胡椒焼                      鶏じゃが                      わかめの酢の物                      付合せ                      味噌汁など汁物                      お漬物</p>

※写真画像はイメージです。ご飯、お味噌汁はおかわりが出来ます。

※食材の入荷状況により、献立を変更する場合があります。