

高倉ひかり荘 献立表 1月16日(月)~1月21日(土)

	1月16日(月)	1月17日(火)	1月18日(水)	1月19日(木)	1月20日(金)	1月21日(土)
朝食	<p>ご飯、お味噌汁、サラダ、納豆、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>					
				  		
夕食	1月16日(月)	1月17日(火)	1月18日(水)	1月19日(木)	1月20日(金)	1月21日(土)
	 <p>イナダの味噌焼 豚バラと白菜のとろみ煮 ピーマンの塩昆布和え 付合せ 味噌汁など汁物 お漬物</p>	 <p>豚丼風 揚げ出し豆腐 菜の花の和え物 付合せ 味噌汁など汁物 お漬物</p>	 <p>アジフライ&コロッケ 豚肉のスタミナ炒め オクラのおかか和え 付合せ 味噌汁など汁物 お漬物</p>	 <p>チキンソテー イカと野菜の生姜醤油炒め カリフラワーのカレーマヨ和え 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>鶏肉のねぎ塩焼 じゃがいもと茄子のピリ辛炒め もやしとニラのナムル 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。