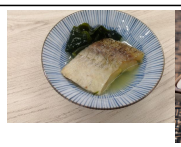
こだわりシェフ

2023年06月01日～10日の献立

	朝食	昼食	夕食
1日(木)	 (改)厚揚げの醤油あんかけ  (改)肉シューマイ	 (改)鶏肉の黒酢炒め  (改)あさりとじゃが芋のクリーム煮	 ぶり大根  (改)豆腐と春雨の旨煮
2日(金)	 (改)野菜のたまごよせきのこ醤油あんかけ  (改)茄子とこんにゃくの煮浸し	 たらとわかめのあごだし煮  (改)野菜の柚子胡椒炒め	 (改)唐揚げ  (改)チリ豆腐
3日(土)	 (改)鶏団子のトマトクリーム煮込み  (改)南瓜煮	 (改)とんかつの玉子とじ  (改)がんもの含め煮	 (改)さばの塩焼き  (改)ニラと豚肉の味噌炒め
4日(日)	 (改)真鯛入りつみれの胡麻柚子あん  (改)大根と人参のそぼろ煮	 (改)チキンステーキ照焼ソース  (改)はんぺんと野菜の田舎煮	 (改)3色豆入りトマトキーマカレー  (改)厚揚げの五目あんかけ
5日(月)	 (改)中華風かに玉(丼)  (改)チンゲン菜と筍の炒め物	 (改)チキン竜田甘酢ソース  (改)あさりとじゃが芋のピリ辛醤油仕立て	 さばと豆腐の胡麻味噌煮  (改)マーボー春雨
6日(火)	 (改)鶏肉ときのこのレモンクリーム  (改)茄子とオクラのトマトソース煮	 (改)真鯛入りつみれの玉子あんかけ  (改)豆腐の和風煮	 (改)牛肉と小松菜の炒め物  (改)ハムと玉葱の玉子とじ
7日(水)	 里芋団子と野菜の旨煮  (改)カレー風味ソテー	 (改)チキンカツ  (改)ポークビーンズ	 (改)牛肉とポテトのガリバタソース  (改)人参と玉子の炊き合わせ
8日(木)	 (改)鶏ごぼう巻き照焼  (改)厚焼き玉子	 (改)牛蒡と牛肉のカレークリーム  (改)味噌田楽	 (改)マスの塩焼き  (改)じゃが芋と椎茸の煮物
9日(金)	 (改)あさりの中華丼の具  (改)南瓜のほっこり煮	 (改)イタリアンオムレツ  (改)温野菜	 (改)肉じゃが  (改)枝豆しゅうまい
10日(土)	 (改)豆腐と魚のハンバーグ　生姜野菜あん  (改)あさりと野菜の炒め煮	 (改)豚肉と白いんげん豆のトマト煮  (改)筍と鶏肉のクリーム煮	 (改)ハンバーグきのこデミソース  (改)ソーセージのポトフ風

株式会社　シルバーライフ
〒160-0023
東京都新宿区西新宿4-32-4ハイネスロフティ2階

0120-028-546 受付時間 9:00～18:00(月～土)