

4月のお献立

友愛会

山県グリーンポート デイケアセンター

	月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
昼食	赤飯 麩の味噌汁 豚肉の生姜焼き いんげんのピーナツ和え フルーツカクテル	ごはん 豆腐の味噌汁 ホキのムニエル ピーマンの炒り煮 ブルーチェりんご	お花見御膳 桜ちらし・茶碗蒸し 春の炊き合わせ 菜花の辛子和え パイナップル	ごはん 白菜の味噌汁 選べるおかず さといものくず煮 黄桃缶	きつねうどん かおりごはん えんどうの山椒炒め みかん缶	ごはん しめじの味噌汁 鶏肉の塩麹焼き 大根の和風和え ヨーグルト和え
間食	黒糖まんじゅう ほうじ茶	チョコパウンドケーキ レモンティー	コアイチゴ カルシウムウエハース	ミルクケーキ はちみつレモン	ドーナツ ぶどうサイダー	やわらかおかきのりしお 緑茶
8日	9日	10日	11日	12日	13日	
昼食	ごはん 大根の味噌汁 赤魚のおろし煮 さといもの煮付け オレンジ	親子丼 すまし汁 きんぴられんこん パイナップル	ごはん なすの味噌汁 選べるおかず 小松菜のお浸し 黄桃缶	味噌ラーメン ごはん 蒸し焼売 フルーツカクテル	ごはん 絹さやの味噌汁 豚肉の香味炒め マカロニサラダ ブルーチェ ぶどう	ごはん すまし汁 白身魚の山椒焼き カリフラワーのピーナツ和え みかん缶
間食	バウムクーヘン レモンティー	カスタードケーキ ミルクティー	青りんごゼリー	田舎まんじゅう ほうじ茶	クリームコンフェ カフェオレ	メープルプッチケーキ はちみつレモン
15日	16日	17日	18日	19日	20日	
昼食	たぬきそば ゆかりごはん なすの揚げ煮 パイナップル	ごはん すまし汁 マスの利休焼き さといものゆず味噌かけ フルーツカクテル	ごはん 麩の味噌汁 鶏肉のマヨネーズ焼き かぼちゃの煮付け バナナ	炒飯 わかめスープ トマトサラダ みかん缶	松花堂弁当 ごはん・豆腐の味噌汁 赤魚の煮付け フロッキーのドレッシング和え エビフライ・ヨーグルト和え	ごはん 大根の味噌汁 豚肉のくわ焼き きんぴらごぼう ブルーチェ いちご
間食	ミニあんドーナツ ミルクティー	シフォンケーキ サイダー	プリン	ホットケーキ レモンティー	抹茶まんじゅう 緑茶	チョコパン カフェオレ
22日	23日	24日	25日	26日	27日	
昼食	ごはん すまし汁 選べるおかず じゃがいもの煮物 みかん缶	かき玉きしめん 菜めし ごぼうサラダ ヨーグルト和え	ごはん なすの味噌汁 鶏唐揚げ薬味ソースかけ カリフラワーのごまドレッシング和え ブルーチェ ぶどう	ごはん 豆腐の味噌汁 ホキのポテトサラダ焼き 大根の酢の物 黄桃缶	カレーライス ミートオムレツ もやしの和風和え パイナップル	ごはん えのきの味噌汁 さわらの照り煮 キャベツの香味炒め フルーツカクテル
間食	やわらかおかき 砂糖醤油 ほうじ茶	もみじまんじゅう 緑茶	いちごゼリー	紅茶のバウムクーヘン ミルクティー	小倉パン はちみつレモン	ロールケーキ レモンティー
29日	30日					
昼食	ごはん コンソメスープ 煮込みハンバーグ 大根のドレッシング和え ヨーグルト和え	ごはん えのきの味噌汁 選べるおかず ひじきの煮物 バナナ				今月の献立(平均) エネルギー：643kcal たんぱく質：21.2g 脂質：17.8g 炭水化物：96.6g
間食	たい焼き 緑茶	豆乳焼きドーナツ カフェオレ				

令和6年

今月の選べるおかずメニュー

4日 木曜日

A:あじの蒲焼き

B:ピーマンの肉詰め

10日 水曜日

A:さばの塩焼き

B:鶏のフリッター

22日 月曜日

A:さばの味噌煮

B:鶏肉のバジル焼き

30日 火曜日

A:あじのつけ焼き

B:すき焼き煮

献立の内容に変更がある場合がございますのでご了承ください。

マイの話 その12 ~桜餅について~

関東と関西の桜餅の違い

桜餅は桜にちなんだ和菓子であり、桜の葉で餅菓子を包んだもので、大きく分けて2種類あり、**関東風の「長命寺」と関西風の「道明寺」**があります。長命寺は**小麦粉などの生地を薄く焼いた皮に餡を包んだ和菓子**です(写真左)。道明寺は**もち米を蒸して乾燥させ粗挽きした道明寺粉を使用し皮を作り餡を包んだまんじゅう状の和菓子**です(写真右)。



ちょうめいじ
長命寺



どうみょうじ
道明寺

★お知らせ 3日(水)・・・お花見御膳