

献立表 4月

	月	火	水	木	金	土	日	
朝	1日 バターロール コンソメスープ キャベツのソテー スパゲティサラダ ジャム 牛乳	2日 ごはん 味噌汁 菜花のソテー 昆布豆煮 さくら漬 オレンジジュース	3日 ごはん 味噌汁 厚焼卵 ブロッコリーのピーナツ和え しば漬 アシドミルク	4日 ごはん 味噌汁 細切昆布胡麻炒め煮 胡瓜の酢の物 ふりかけ ローリー	5日 卵雑炊 ひじきの煮物 青梗菜のピーナツ和え 梅干し 牛乳	6日 ごはん 味噌汁 五目揚げ豆腐のみぞれ煮 菜花のナムル さくら漬 ヤクルト	7日 ごはん 味噌汁 炒り豆腐 えんどうの胡麻マヨネーズ和え ふりかけ ヨーグルト	
昼	ごはん 鶏肉柚子胡椒焼 セロリと蒟蒻の煮物 すまし汁 バナナ	わかめごはん 五目にゆうめん 里芋の味噌煮 黄桃缶	ごはん タラ和風あんかけ 湯豆腐 味噌汁 パイン缶	春野菜カレー わかさぎのフリッター キャベツドレッシング和え ヨーグルト和え	ごはん 葱とろ ぜんまいの煮付け 味噌汁 フルーツカクテル	ご当地メニュー すた井 味噌汁 カリフラワーとレタスのサラダ 杏仁豆腐	ごはん 鶏肉の照焼 茄子の生姜醤油和え 味噌汁 洋梨缶	
おやつ	ミルクケーキ	苺ゼリー	セレクトおやつ	プチケーキ	苺入り生どら焼	オレンジゼリー	小倉パン	
夕	ごはん 白身魚の唐揚げみぞれポン酢かけ 白和え 味噌汁 しそ昆布佃煮	ごはん 照焼ハンバーグ じゃが芋サラダ 味噌汁 キューちゃん漬	ごはん ポトフ 蒸し焼売 えんどうのカレー和え めしどろぼう	ごはん 白身魚の菜種焼き 大根の煮物 味噌汁 刻み沢庵	ごはん おろし餃子 カリフラワーカレー炒め 中華スープ 青しその実漬	ごはん 鯖の生姜煮 里芋のゆず味噌かけ 味噌汁 つぼ漬	ごはん 鯖の西京焼 オクラのポン酢わさび和え けんちん汁 白菜漬	
朝	8日 ごはん 味噌汁 ひじきと油揚げの煮物 ほうれん草のピーナツ和え 鯛味噌 ローリー	9日 もずく雑炊 切干大根の煮物 青梗菜の胡麻和え 梅干し ヨーグルト	10日 ごはん 味噌汁 炒り卵の花 ブロッコリーのおかか和え のり佃煮 オレンジジュース	11日 ごはん 味噌汁 味噌汁肉団子 まぐろ味付 さくら漬 ヤクルト	12日 バタースティックパン コーンポタージュ 菜花のソテー マカロニサラダ 牛乳	13日 ごはん 味噌汁 茄子炒め カリフラワーのドレッシング和え 白菜漬 ローリー	14日 ごはん 味噌汁 炒り豆腐 インゲンの生姜和え しそ昆布佃煮 ヨーグルト	
昼	ごはん 天婦羅盛り合わせ 金平牛蒡 味噌汁 パイン缶	散らし寿司 じゃが芋の煮物 すまし汁 みかん缶	ごはん 白身魚の竜田揚げ野菜あんかけ 里芋の煮付 味噌汁 洋梨缶	山菜ごはん 赤魚の酒蒸し 白和え 味噌汁 フルーツカクテル	ごはん カレー南蛮 牛蒡団子煮付 パイン缶	ごはん 鶏肉のくわ焼き 大根の煮付け 味噌汁 りんご	ごはん 豚肉の生姜焼き 金平蓮根 味噌汁 みかん缶	
おやつ	田舎まんじゅう	2階お好み焼き 3階クリームコンフェ	シュークリーム	もみじまんじゅう	クリームコンフェ	黒糖まんじゅう	ロールケーキ	
夕	ごはん チャプチェ ドレッシング和え 韓国スープ つぼ漬	ごはん 家常豆腐 スナップエンドウの胡麻ソース 春雨スープ しば漬	ごはん 鶏肉の塩麴焼 大根ドレッシング和え 味噌汁 キューちゃん漬	ごはん プルコギ キャベツゆかり和え 味噌汁 高菜漬	ごはん カレイの煮付 胡瓜とトマトの青じそ和え すまし汁 めしどろぼう	ごはん 和風豆腐ハンバーグ オクラの和え物 味噌汁 ゆず大根	ごはん 豆腐の味噌田楽 南瓜のそぼろあんかけ けんちん汁 つぼ漬	
朝	15日 ごはん 味噌汁 小松菜の煮物 しらす大根おろし 梅干し アシドミルク	16日 麦ごはん とろろ汁 キャベツ炒め 温泉卵 青しその実漬 ヤクルト	17日 ごはん 味噌汁 金平牛蒡 白菜の胡麻和え のり佃煮 牛乳	18日 ごはん 味噌汁 味噌汁肉団子 カリフラワーと胡瓜の酢の物 白菜漬 オレンジジュース	19日 ごはん 味噌汁 もやしのさっと煮 昆布豆煮 しば漬 ヨーグルト	20日 ごはん 味噌汁 ひじきの煮物 青梗菜の中華和え さくら漬 ヤクルト	21日 ごはん 味噌汁 味噌汁 高菜ソテー 卵豆腐 かつおたくあん アシドミルク	
昼	菜飯ごはん 卵とじうどん 切干大根の煮物 フルーツカクテル	ごはん 豚肉の柳川風煮 菜花のペペロンチーノ 味噌汁 黄桃缶	バターロール 鶏肉のクリーム煮 コーンクリームフライ 野菜サラダ バナナ	ごはん 刺身 里芋の煮付け 茶碗蒸し パイン缶	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ 白菜ナムル 中華スープ フルーツカクテル	タレかつ丼 豆腐とわかめのサラダ 味噌汁 黄桃缶	菜花の混ぜごはん ほっけの塩焼き 大根酢の物 味噌汁 つぼ漬	
おやつ	ドーナツ	バウムクーヘン	カステラ	ケーキ	ぶどうゼリー	レモンケーキ	コーヒーゼリー	
夕	ごはん 鯖の生姜煮 白菜の甘酢和え 味噌汁 キューちゃん漬	ごはん 鯖の香味焼き 大根サラダ すまし汁 しば漬	ごはん タラのムニエル 小松菜の辛子和え 味噌汁 刻み沢庵	ごはん 豆腐団子の落とし揚げ 菜花のナムル 味噌汁 高菜漬	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き ほうれん草の辛子和え すまし汁 青しその実漬	ごはん 白身魚の西京焼 さつま芋サラダ すまし汁 つぼ漬	ごはん 豚肉のしぐれ煮 五目豆煮 味噌汁 キューちゃん漬	
朝	22日 卵雑炊 炒り卵の花 いんげんのおかか和え 梅干し ローリー	23日 黒糖ロールパン コーンポタージュ カニカマ玉子ロール えんどうのドレッシング和え 牛乳	24日 ごはん 味噌汁 厚焼卵 カリフラワーと胡瓜の酢の物 鯛みそ ヤクルト	25日 ごはん 味噌汁 ひじきと油揚げの煮物 ほうれん草のナムル ふりかけ ローリー	26日 きのご雑炊 炒り豆腐 青梗菜の胡麻和え 梅干し アシドミルク	27日 ごはん 味噌汁 ぜんまいの煮付け 青梗菜の中華和え 白菜漬 オレンジジュース	28日 ごはん 味噌汁 三色金平 オニオンレモン醤油和え さくら漬 ヤクルト	
昼	ごはん 白身魚の揚げおろし煮 もやしの酢の物 味噌汁 パイン缶	ごはん アジフライ 大根和風サラダ すまし汁 杏仁豆腐	ハヤシライス 菜花のサラダ マカロニスープ りんご	いなり寿司 山菜そば 南瓜の煮付 フルーツカクテル	ごはん 鯖のみりん焼き 切干大根の煮物 味噌汁 パイン缶	牛丼 ピーマンと竹輪のカレー金平 すまし汁 オレンジ	ごはん タラのオーロラソースかけ 茄子の煮物 すまし汁 洋梨缶	
おやつ	2階クリームコンフェ 3階お好み焼き	焼きプリンタルト	黒糖まんじゅう	ぶどうゼリー	セレクトおやつ	もみじまんじゅう	ドーナツ	
夕	ごはん 親子煮 インゲンとわかめの味噌和え 味噌汁 白菜漬	ごはん 豆腐野菜あんかけ 里芋の甘味噌かけ 春雨スープ 刻み沢庵	ごはん 白身魚の塩麴焼き キャベツのポン酢ツナ和え 味噌汁 さくら漬	ごはん 揚げ茄子と揚げ出し豆腐の肉味噌かけ インゲンのくるみ和え すまし汁 めしどろぼう	ごはん 肉じゃが キャベツの生姜和え 味噌汁 つぼ漬	ごはん カレイの酒蒸し 大根の酢の物 味噌汁 青しその実漬	ごはん 豆腐ステーキのこあんかけ ブロッコリーとツナの胡麻ソース和え すまし汁 刻み沢庵	
朝	29日 ごはん 味噌汁 たけのこの煮物 小松菜のわさび和え しば漬 アシドミルク	30日 カニ雑炊 枝豆がんもの煮付 ほうれん草のなめたけ和え ふりかけ ローリー						
昼	焼肉丼 大根ドレッシング和え 韓国スープ パイン缶	ドライカレー 和風サラダ 野菜スープ みかん缶						
おやつ	紫芋まんじゅう	プリン						
夕	ごはん ホキのムニエル カリフラワーサラダ 味噌汁 白菜漬	ごはん 豚肉豆腐の煮物 大根の酢の物 味噌汁 キューちゃん漬						