



～心の里さかたに 4月献立表～



	1	2	3	4	5	6	7
	月	火	水	木	金	土	日
朝食	ご飯 厚揚げの煮物 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 あんかけ豆腐 うめびしお 味噌汁	ご飯 じゃが芋のコンソメ煮 味噌汁 野菜ジュース	ご飯 ウインナーソテー 海苔佃煮 味噌汁	ご飯 トマトスクランブルエッグ 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 ツナサラダ うめびしお 味噌汁	ご飯 薩摩揚げの煮物 たいみそ 味噌汁
昼食	ご飯 チキンのトマト煮込み マカロニサラダ 味噌汁 みかん缶	ご飯 あじの野菜あんかけ さつま芋のレモン煮 味噌汁 果物	ご飯 スペイン風オムレツ 春キャベツのサラダ コンソメスープ みかんゼリー	ゆかりご飯 鶏そば 炒り豆腐 デザートムース	ご飯 にら豚炒め じゃが芋の煮っころがし けんちん汁 りんごのコンポート	ご飯 鶏の唐揚げ 海藻サラダ 味噌汁 桃ゼリー	ご飯 ポークチャップ ブロッコリー胡麻和え 味噌汁 黄桃缶
夕食	ご飯 赤魚の煮付け 新玉葱の醤油焼き 味噌汁	ご飯 すき焼き風煮 山芋海苔和え 味噌汁	ご飯 鮭の塩焼き 菜の花ソテー 味噌汁	ご飯 たらのマヨ玉焼き 南瓜のそぼろあん 味噌汁	ご飯 あんこうのちり蒸し 千切大根の煮物 味噌汁	ご飯 さわらの生姜醤油焼き トマトの酢の物 味噌汁	ご飯 太刀魚照焼き 金平ごぼう 味噌汁
	8	9	10	11	12	13	14
	月	火	水	木	金	土	日
朝食	ご飯 ナスのトマト煮 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 ハムサラダ 味噌汁 牛乳	ご飯 あんかけ豆腐 うめびしお 味噌汁	ご飯 ウインナーのカレーソテー 味噌汁 豆乳飲料	ご飯 ねぎ玉焼き たいみそ 味噌汁	ご飯 小松菜と平天の煮浸し 味噌汁 牛乳	ご飯 がんもの煮物 海苔佃煮 味噌汁
昼食	ご飯 海老と車麩の卵とじ 青梗菜のささみ和え 味噌汁 コーヒーゼリー	ご飯 豚の生姜焼き 大根サラダ 味噌汁 みかん缶	ご飯 おでん ほうれん草おかか和え 味噌汁 ミニケーキ	ご飯 鶏団子スープ じゃがベーコン もやし胡麻和え デザートムース	ご飯 チキン南蛮 もずくの酢の物 味噌汁 パイン缶	ご飯 ミートローフ トマトサラダ ポタージュスープ りんごのコンポート	ご飯 鶏肉のオイスター炒め ナスの煮浸し 味噌汁 デザートムース
夕食	ご飯 チキンのカレー煮込み 蓮根サラダ 味噌汁	ご飯 赤魚の中華ソースかけ 高野豆腐炊き合わせ 味噌汁	ご飯 さわらの生姜醤油焼き 南瓜の胡麻よごし 味噌汁	ご飯 豆腐ステーキ ビーマンじゃこ炒め 味噌汁	ご飯 たらのハーブ焼き チンゲン菜のツナ和え コンソメスープ	ご飯 ぶり大根 キャベツの和え物 味噌汁	ご飯 さばの煮付け 里芋ごま味噌和え 味噌汁
	15	16	17	18	19	20	21
	月	火	水	木	金	土	日
朝食	ご飯 パスタサラダ 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 野菜炒り卵 味噌汁 野菜ジュース	ご飯 南瓜あんかけ 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 ウインナーコンソメ煮 味噌汁 牛乳	ご飯 温野菜サラダ うめびしお 味噌汁	ご飯 千草卵焼き 味噌汁 牛乳	ご飯 はんぺん柔らかか煮 味噌汁 ヨーグルト
昼食	チャーハン ラーメン チンゲン菜の和え物 杏仁豆腐	ご飯 たらの竜田揚げ 山芋梅肉和え 味噌汁 みかんゼリー	ご飯 鶏の塩麹焼き 竹輪と卵のサラダ 味噌汁 黄桃缶	ご飯 焼肉風炒め ほうれん草ナムル わかめスープ りんごのコンポート	カレーライス ミニフライ レタスサラダ バナナヨーグルト	ご飯 豚テキ にんじんマリネ 菜の花スープ みかん缶	ご飯 巻かないロールキャベツ グリーンサラダ 味噌汁 ぶどうゼリー
夕食	ご飯 あじの塩焼き ポテトサラダ 味噌汁	ご飯 鶏の治部煮 小松菜おかか和え 味噌汁	ご飯 さばの味噌煮 ささみの和え物 すまし汁	ご飯 かに玉あんかけ マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 かれいの煮付け 春雨炒め 味噌汁	ご飯 赤魚幽庵焼き 薩摩揚げと南瓜の煮物 味噌汁	ご飯 鶏じゃが 春菊きのこ和え 味噌汁
	22	23	24	25	26	27	28
	月	火	水【誕生日会】	木	金	土	日
朝食	ご飯 ツナサラダ 海苔佃煮 味噌汁	ご飯 マカロニケチャップ煮 味噌汁 豆乳飲料	ご飯 チーズスクランブルエッグ 味噌汁 牛乳	ご飯 がんもの煮物 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 厚焼卵 たいみそ 味噌汁	ご飯 豆腐あんかけ 味噌汁 牛乳	ご飯 温野菜サラダ うめびしお 味噌汁
昼食	ご飯 豚肉と春雨炒め 若竹煮 味噌汁 果物	ご飯 海老のソテー 大根そぼろあん 味噌汁 デザートムース	ちらし寿司 桜葉つみれのあんかけ 小松菜ツナ和え すまし汁 抹茶パバロア	ご飯 鶏の山椒焼き ピザポテト 味噌汁 みかんゼリー	ご飯 麻婆豆腐 春雨の酢の物 卵スープ 黄桃缶	ご飯 バーベキューチキン くずし豆腐の香味和え 味噌汁 りんごのコンポート	ご飯 白身魚フライ 青梗菜おかか和え 味噌汁 桃ゼリー
夕食	ご飯 たらの塩麹焼き ナスの肉味噌炒め すまし汁	ご飯 鶏と南瓜の煮物 白菜のゆかり和え 味噌汁	ご飯 豚肉と里芋の味噌煮 人参しりしり 味噌汁	ご飯 かれいのわかめ蒸し ちくわのマヨ照り 味噌汁	ご飯 さわらの西京焼き 五目ひじき 味噌汁	ご飯 赤魚の塩焼き じゃがバターベーコン 味噌汁	ご飯 八宝菜 シューマイ わかめスープ
	29	30	<p>*4月の行事食* 4/24(水) 誕生日会 ちらし寿司、桜葉つみれのあんかけ、 小松菜ツナ和え、すまし汁、 抹茶パバロア</p>				
	月	火					
朝食	ご飯 トマトスクランブルエッグ 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 はんぺん柔らかか煮 海苔佃煮 味噌汁					
昼食	親子丼 花がんと炊き合わせ 味噌汁 パイン缶	ご飯 豚カツ もやしの和え物 味噌汁 ぶどうゼリー					
夕食	ご飯 豚肉と白菜の蒸し煮 いんげんしらす和え すまし汁	ご飯 たらの生姜醤油焼き かぼちゃサラダ 味噌汁					

※食材の仕入れ状況等によりメニューが変更となる場合があります。