

献立表(4月5日～4月18日)

	4月5日(月)	4月6日(火)	4月7日(水)	4月8日(木)	4月9日(金)	4月10日(土)	4月11日(日)
朝食	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) 炒り豆腐 とろろ芋 いか塩辛 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) ひじきの五色煮 温泉卵 煮豆 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) 切り干し大根のしのだ煮 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 大根のそぼろ煮 とろろ芋 紫蘇昆布 牛乳	ご飯 味噌汁 (豆腐、小松菜) たらこ炒り 小松菜の浸し 卵焼き 牛乳	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) キャベツの炒め煮 納豆 あんづ 牛乳	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) きんぴらゴボウ とろろ芋 たくあん 牛乳
昼食	五目炊きおこわ かき卵汁 鮭粕漬け焼き 里芋の煮しめ かぶの柚香漬け オレンジ キュウイフルーツ	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 豚肉のみそ漬け焼き 茎わかめのポテトサラダ 柴漬け グレープフルーツ	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 魚の竜田揚げ 五菜金平 レバーのウスターソース煮 オレンジ キュウイフルーツ	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、わかめ) 豆腐ハンバーグ スパゲティサラダ 野沢菜じゃこ グレープフルーツ	ご飯 山菜汁 鯖の味噌煮 揚げ出し豆腐 きゅうり、かぶの即席漬け オレンジ キュウイフルーツ	ご飯 わかめスープ チンジャオロースウ クラゲの中華風和え ザーサイ グレープフルーツ	サンドウィッチ クラムチャウダー 白身魚のムニエル 五色サラダ オレンジ
夕食	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、わかめ) 牛肉とごぼうの甘辛煮 コールスロー たくあん	ご飯 味噌汁 (わかめ、えのきだけ) なまりの炊き合わせ 焼きビーフン 白菜漬け	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) 親子丼 春菊、えのきだけのお浸し かつば漬け	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) 秋刀魚のみりん焼き きのこの土佐酢 柴漬け	ご飯 味噌汁 (わかめ、豆腐) 肉じゃが もずく酢 漬け物	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、小松菜) ぶりの照り焼き 煮物 かぼちゃのミルク煮	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、わかめ) 肉団子の甘酢あんかけ 菜の花、ほうれん草のお浸し きゅうりの浅漬け

	4月12日(月)	4月13日(火)	4月14日(水)	4月15日(木)	4月16日(金)	4月17日(土)	4月18日(日)
朝食	ご飯 味噌汁 (豆腐、小松菜) じゃがいものそぼろ煮 温泉卵 味付きにんにく 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、人参) ほうれん草のバター炒め 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、えのきだけ) 白菜のツナ煮 とろろ芋 筋子 牛乳	ご飯 味噌汁 (きゃべつ、油揚げ) 卵の花炒り 温泉卵 昆布巻き 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、もやし) 蓮根と糸こんの金平 納豆 即席漬け 牛乳	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、小松菜) 豆モヤシの煮物 なめたけのおろし和え 子持ちめかぶ 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) 切り昆布の煮しめ 温泉卵 しそ巻き 牛乳
昼食	青豆ご飯 さつま汁 鶏の梅かつお焼き うどんかきの酢の物 たくあん オレンジ キュウイフルーツ	にぎり寿司 すまし汁 (舞茸、豆麴) 炒り鶏 酢の物 いちご	ご飯 わかめスープ 酢豚 春雨サラダ 梅ザーサイ オレンジ	ご飯 みそけんちん汁 白身魚のフライ 帆立、うどのめた たくあん グレープフルーツ	ドライカレー 野菜スープ アスパラガスのサラダ キュウイフルーツ オレンジ	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 甘塩鮭 治部煮 レバーのウスターソース煮 キュウイフルーツ グレープフルーツ	菓子パン クリームシチュー チキンのトマト煮 カリフラワーサラダ オレンジ
夕食	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) カレイの生姜煮 焼きビーフン 野沢菜漬け	ご飯 味噌汁 (豆腐、小松菜) 牛ひき肉の柳川風 和風サラダ 柴漬け	ご飯 塩豚汁 さわらの西京焼き きゅうり、わかめの酢の物 漬け物	ご飯 味噌汁 (わかめ、豆腐) 豚肉の煮込み ゆき菜のお浸し かつば漬け	ご飯 味噌汁 (キャベツ、えのきだけ) あこう鯛の照り焼き ひじきの炒り煮 かつば漬け	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) 肉豆腐 二色辛和え 柴漬け	ご飯 味噌汁 (大根、人参) すり身団子の甘辛煮 青菜と春雨の炒め物 さつまいものレモン煮