

献立表(4月19日～5月2日)

	4月19日(月)	4月20日(火)	4月21日(水)	4月22日(木)	4月23日(金)	4月24日(土)	4月25日(日)
朝食	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) 五目豆 さつま揚げのおろし煮 たらこ 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) 炒り豆腐 とろろ芋 しそ巻き 牛乳	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、わかめ) ふきのしのだ煮 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (わかめ、えのきだけ) 五目煮 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) 茎わかめと豆の炒め物 とろろ芋 柴漬け 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) 切り干し大根の煮付け 納豆 あんづ 牛乳	ご飯 味噌汁 (豆腐、小松菜) ひじきの五色煮 温泉卵 漬け物 牛乳
昼食	帆立の照り焼き丼 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 変わり金平 菜の花、ほうれん草のお浸し グレープフルーツ	ご飯 つみ入れ汁 鶏肉の胡麻南蛮 春雨サラダ 大根の友禅漬け オレンジ	ご飯 スープ かじきの鮪の甘露煮 中華サラダ ザーサイ 杏仁豆腐	ご飯 味噌汁 (豆腐、小松菜) じゃがいものコロケ 大根と人参の金平 きゅうり、かぶの即席漬け オレンジ	たけのご飯 かき玉すまし汁 鱸の照り焼き 鶏と里芋の煮付け 青菜、白菜の二色浸し グレープフルーツ	ご飯 わかめスープ 八宝菜 サラダ ザーサイ オレンジ	サンドウィッチ 野菜スープ はんぺんのチーズサンド リヨネーズポテト リンゴコンポート
夕食	ご飯 味噌汁 (わかめ、油揚げ) 肉じゃが 蒟のじゃこ煮 漬け物	ご飯 なめこ豚汁 刺身 さつまいものレモン煮 白菜漬け	ご飯 味噌汁 (豆腐、小松菜) 牛肉とゴボウの甘辛炒め煮 若竹煮 柴漬け	ご飯 味噌汁 (筍、わかめ) ぶりの照り焼き 春野菜の五色炊き 野沢菜漬け	ご飯 味噌汁 (わかめ、豆腐) 豚肉のかき油炒め サラダ 漬け物	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) ほっけ 小松菜の煮浸し 漬け物	ご飯 味噌汁 (大根、人参) 豚肉のくわ焼き ふきと油揚げ煮付け 柴漬け

	4月26日(月)	4月27日(火)	4月28日(水)	4月29日(木)	4月30日(金)	5月1日(土)	5月2日(日)
朝食	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) ほうれん草のバター炒め とろろ芋 白菜漬け 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、えのきだけ) じゃがいものそぼろ煮 納豆 かっぱ漬け 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) 油麩の煮物 温泉卵 味付きにんにく 牛乳	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、わかめ) たらこ炒り 小松菜 卵焼き 牛乳	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) 卵の花炒り とろろ芋 昆布巻き 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 煮豆 牛乳	ご飯 味噌汁 (大根、小松菜) 豆モヤシの煮物 納豆 漬け物 牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、わかめ) 鶏肉の揚げ煮 マカロニサラダ 野沢菜じゃこ 果物盛り合わせ 練乳ミルクプリン	ご飯 塩豚汁 鯖の味噌煮 きんぴらゴボウ キャベツの梅肉和え キュウイフルーツ グレープフルーツ	人参ご飯 味噌汁 (じゃがいも、わかめ) 鯖早春焼き 治部煮 きゅうり、かぶの即席漬け オレンジ	ご飯 かき玉すまし汁 天ぷら 五菜金平 もずく酢 グレープフルーツ	焼きそば わかめスープ カリフラワーサラダ オレンジ	ご飯 うすくず汁 キスの南蛮漬け 竹の子のゴマ味噌煮 たくあん グレープフルーツ キュウイフルーツ	菓子パン ポトフ スコッチエッグ コールスロー オレンジ
夕食	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) さんまの松前煮 小松菜のゴマ味噌和え 南瓜の炒め煮	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、油揚げ) 牛肉のしぐれ煮 スパゲティサラダ つぼ漬け	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) かれいの生姜焼き 焼きビーフン 漬け物	ご飯 味噌汁 (えのきだけ、小松菜) 肉豆腐 ふきの土佐煮 つぼ漬け	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 赤魚の南部焼き かぶとひき肉の吉野煮 にら納豆	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、油揚げ) 回鍋肉 青のりの酢の物 漬け物	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、油揚げ) 鮭の黄金焼き タコ入り五目豆 漬け物