

## 4月18日(月)～4月24日(日)の献立表

	4月18日(月)	4月19日(火)	4月20日(水)	4月21日(木)	4月22日(金)	4月23日(土)	4月24日(日)
朝食	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) 五目豆 さつまいものレモン煮 漬け物	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、小松菜) 山菜の煮物 さつま揚げのおろし添え きゅうり、かぶの即席漬け	ご飯 味噌汁 (わかめ、えのきだけ) キャベツの卵とじ とろろ芋 漬け物	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、わかめ) 切り干し大根の煮付け 納豆 漬け物	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) じゃがいものそぼろ煮 おろし和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 (豆腐、小松菜) 白菜のツナ煮 温泉卵 紫蘇あんず	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 切り昆布の煮しめ かつおゴボウ 煮豆
昼食	ご飯 塩豚汁 キスの天ぷら 変わり金平 お浸し グレープフルーツ	豚丼 わかめのスープ 春雨サラダ ザーサイ オレンジ	ご飯 酒粕汁 さんまの松前煮 蓮根と糸こんの金平 しめじ、ほうれん草のお浸し グレープフルーツ	助六寿司 かき玉すまし汁 五目ひじき煮 白菜漬け リンゴコンポート	ご飯 うすくず汁 鱸の照り焼き 鶏と里芋の煮付け 野沢菜漬け オレンジ	ご飯 わかめスープ 鶏肉のクリーム煮 ポテトサラダ たくあん オレンジ	ジャムパン ポタージュ スクランブルエッグ マカロニサラダ フルーツポンチ
夕食	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 肉じゃが 椎茸昆布 きゅうり、わかめの酢の物 白菜漬け	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) カレイの生姜煮 もやしのカレー炒め 柴漬け	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 たくあん	ご飯 なめこ豚汁 かつおのしぐれ煮 かぼちゃの甘煮 柴漬け	ご飯 味噌汁 (大根、じゃがいも) 白菜と豚肉のうま煮 小松菜の煮浸し 昆布巻き	ご飯 味噌汁 (キャベツ、えのきだけ) ぶり大根の炊き合わせ 小松菜のごま味噌和え 漬け物	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、わかめ) 大根と牛肉の煮物 青菜、白菜の二色浸し 柴漬け