

4月20日(月)～5月3日(日)の献立表

	4月20日(月)	4月21日(火)	4月22日(水)	4月23日(木)	4月24日(金)	4月25日(土)	4月26日(日)
朝 食	ご飯 味噌汁 (玉葱、油揚げ) 卯の花炒り 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐) 青菜のバターソテー とろろ芋 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (青菜・えのき) ひじき煮 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐) 白菜のツナ煮 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (ワカメ・油揚げ) 豆もやしの煮物 とろろ芋 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (青菜、じゃが芋) 切り昆布の煮しめ おろしのなめこかけ 厚焼き玉子 牛乳	ご飯 味噌汁 (白菜、油揚げ) じゃがいものそぼろ煮 温泉卵 漬け物 ヤクルト
昼 食	ご飯 塩豚汁 鶏のみそ漬け焼き 酢のもの おみ漬け 果物(オレンジ)	五目炊きおこわ かき玉汁 鱈の西京焼き 煮物 即席漬け 果物(グレープフルーツ)	ご飯 ワカメスープ 酢豚 ナムル 漬け物 果物(オレンジ)	ご飯 味噌汁(ワカメ・エノキ) 魚のしぐれ煮 焼きビーフン 即席漬け 芋きんとん	牛丼 味噌汁 ふきと油揚げの煮付け 漬け物 果物(グレープフルーツ)	ご飯 味噌汁 魚のピリカラフル お浸し 漬け物 杏仁豆腐	ツナサンドイッチ かぼちゃあんパン クラムチャウダー 目玉焼き 野菜サラダ 果物(オレンジ) 牛乳
夕 食	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油麩) 秋刀魚の梅煮 切り干し大根の煮付け 漬け物	ご飯 味噌汁 (白菜・油揚げ) 牛肉じゃが 春雨サラダ 漬け物	ご飯 味噌汁 (キャベツ・油揚げ) 鱒照り焼き 煮しめ 漬け物	ご飯 味噌汁 (芋、油揚げ) 回鍋肉 酢の物 漬け物	ご飯 味噌汁 (ワカメ、豆腐) ほっけ焼き 蓮根の金平 漬け物	ご飯 味噌汁 (大根、人参) すき煮風 カボチャの甘煮 漬け物	ご飯 味噌汁 (小松菜、ワカメ) カレーの生姜煮 変わり金平 漬け物

	4月27日(月)	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)	5月1日(金)	5月2日(土)	5月3日(日)
朝 食	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐) キャベツ炒め煮 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) 千切り野菜のソテー とろろ芋 しそ杏 牛乳	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、小松菜) 五目豆 おろし和え ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、エノキ) 切り干し大根の煮付け 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、ワカメ) 炒り豆腐 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) 大根のそぼろ煮 とろろ芋 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (青菜、じゃがいも) 白菜の炒め煮 納豆 漬け物 ヤクルト
昼 食	ご飯 味噌汁 鱒のおろしポン酢ソテー 和風マカロニサラダ 白菜漬け 果物(オレンジ) 果物(キュウイフルーツ)	焼きそば ワカメスープ サラダ 果物(グレープフルーツ)	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 鱈の粕漬け焼き 田舎煮 果物(オレンジ) 果物(キュウイフルーツ)	ご飯 味噌汁 豆腐の山路あん 鶏と根菜の煮物 漬け物 果物(オレンジ)	青豆御飯 味噌汁 ツボ鯛の塩焼き 五菜金平 浅漬け 果物(グレープフルーツ)	ご飯 スープ チンジャオロースウ 三色酢の物 漬け物 果物(オレンジ)	卵のサンドイッチ ジャムパン ポタージュ ムニエル スパゲッティサラダ フルーツポンチ 牛乳
夕 食	ご飯 味噌汁 (青菜、エノキ) 鶏肉の胡麻味噌和え 中華風和え 漬け物	ご飯 味噌汁 (卵、玉葱) お刺身 カツとひき肉の吉野煮 漬け物	ご飯 味噌汁 (白菜、油揚げ) 牛肉の牡蠣油炒め 青菜のお浸し 漬け物	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 鯖のみりん焼き 春雨炒め 漬け物	ご飯 味噌汁 (白菜、えのき) 鶏の醤油煮 もやしの野菜炒め 漬け物	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 甘塩鮭焼き 油麩の煮物 漬け物	ご飯 味噌汁 (わかめ・エノキ) 親子煮 酢の物 漬け物