

週間予定献立表 (4月)

	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)
朝	ご飯 味噌汁 山菜おふくろ煮 温泉卵 梅干又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ごぼうコンニャク とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 金平 納豆 梅干し又はふりかけ 牛井	ご飯 味噌汁 春筍の軟らか煮 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 露の油炒め おろし和え 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 卵の花いり とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき蓮根 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 鶏肉の胡麻味噌焼 じゃが芋のカレー風味 花野菜のサラダ デザート	ご飯 味噌汁 鮭チーズフライ 青梗菜の信田煮 豆サラダ デザート	ご飯 味噌汁 豚ニラ豆板醤炒め 筍と露の煮物 キャベツの辛し和え デザート	ご飯 味噌汁 秋刀魚の塩焼き 揚げ茄子とピーマンの煮浸 大根とワカメのサラダ デザート	ご飯 味噌汁 豚肉のチーズピカタ 里芋と人参の含め煮 春雨サラダ デザート	ご飯 味噌汁 シルバーの旨味焼 冬瓜の煮物 木耳の胡麻酢和え 果物	ご飯 味噌汁 豚肉の桑焼 じゃが芋の煮つけ ブロッコリーの白胡麻和え フルーツポンチ 
夕	ご飯 味噌汁 鰯の生姜醤油焼 大根とさつま揚げの煮物 胡瓜とわかめのモズク和え	ご飯 味噌汁 刺身 高野豆腐の含め煮 漬け物	ご飯 味噌汁 鰯の照り焼き じゃが芋とピーマンのコンソメ 黒花豆	ご飯 味噌汁 蒸し鶏の野菜あんかけ もやしとニラの炒め物 キャベツの酢味噌和え	ご飯 味噌汁 鰯の塩焼き 青梗菜とイカの炒め物 山芋の梅鮓和え	ご飯 味噌汁 コロッケ カリフラワーのガーリックソース 塩昆布和え	ご飯 味噌汁 鰯の梅煮 ピーマンの甘辛煮 胡瓜漬け

週間予定献立表 (4月)

	24日(月)	25(火)	26日(水)	27(木)	28日(金)	29(土)	30(日)
朝	ご飯 味噌汁 里芋のそぼろ煮 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 露ニシン とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 切り昆布大豆 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 切り干し大根 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき煮 おろし和え 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 大豆の五目煮 とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 竹輪と昆布の煮物 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 豚肉の葱塩炒め 白菜とあさりの洋風煮 ナムル デザート	ご飯 味噌汁 鰯のスタミナ焼 蓮根と椎茸の煮物 青梗菜のわさび醤油和え デザート	ご飯 味噌汁 肉団子の酢豚風 白菜のさっと煮 菜の花のお浸し デザート	ご飯 味噌汁 鯖おろし煮 こんにゃくのピリ辛炒め 小松菜の生姜醤油和え デザート	ご飯 ワカメスープ 豚肉のマスタードソース ビーフンソテー キャベツとハムのサラダ デザート	ご飯 コンソメスープ エビのチリソース煮 ジャーマンポテト わかめの和え物 果物	ご飯 味噌汁 牛丼風煮 オクラとひじきのさっぱり和え キャベツの粒マスタードサラダ デザート 
夕	ご飯 味噌汁 モウカザメの照り焼き ごぼうと竹輪の煮物 ハムと海藻のマリネ	ご飯 味噌汁 鶏の南蛮漬け 南瓜の煮物 キャベツの中華和え	ご飯 味噌汁 鰯の梅味噌焼 じゃが芋の金平 ひじきのサラダ	ご飯 味噌汁 メンチカツ かぶのそぼろあんかけ 白菜サラダ	ご飯 豚汁 秋刀魚の甘露煮 ブロッコリーの磯煮 柴漬け	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 筍とがんもの煮物 ツナビーンズサラダ	ご飯 ワカメスープ アジフライ アスパラベーコンソテー 野菜サラダ