

週間予定献立表 (3～4月)

	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)	4/1日(日)
朝	ご飯 味噌汁 金平ごぼう とろろ芋 梅干又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 キャベツの炒め煮 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 白菜の煮浸し おろし添え 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 煮浸し とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 青菜のバターソテー 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき煮 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 鮭のフライ 煮浸し 香の物 果物	ご飯 野菜スープ ハンバーグトマトソース 野菜サラダ 薩摩芋のレモン煮 香の物	薩摩芋ご飯 すまし汁 かじき鮪の甘露煮 五菜金平 香の物 果物	ご飯 ワカメスープ 酢豚 三色ナムル 香の物 果物	ご飯 なめこ豚汁 鯖の塩焼き 高野豆腐の揚げ煮 酢の物 果物	天ぷらうどん 吉野煮 香の物 果物 	菓子パン クラムチャウダー スクランブルエッグ コールスロー 果物
夕	ご飯 味噌汁 鶏の味噌煮 キャベツの梅肉和え 香の物	ご飯 味噌汁 刺身 肉じゃが 香の物	ご飯 味噌汁 親子煮 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(甘塩鮭) 炒り煮 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉のピカタ 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの生姜煮 春雨炒め 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 二色浸し 香の物

週間予定献立表 (4月)

	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)
朝	ご飯 味噌汁 切り昆布の煮しめ 温泉卵 梅干又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 豆もやしの煮物 とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 白菜のツナ煮 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 金平ごぼう 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 切り干し大根の煮付け とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 織切り野菜のソテー おろし和え 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 じゃがいものそぼろ煮 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	ご飯 中華風コーンスープ ハ宝菜 青菜の柚子和え 香の物 果物	ご飯 豚汁 秋刀魚の蒲焼 豆腐のなめこあん お浸し 果物	ひじきご飯 味噌汁 治部煮 長芋の梅酢和え 即席漬け 果物	ご飯 うすくず汁 鰯の西京焼き うどの炒め煮 レバーの佃煮 果物	ご飯 味噌汁 チキン南蛮 野菜サラダ 辛し和え 果物	ご飯 薩摩汁 焼き魚(鰯) 揚げ出し豆腐 白菜のこぶ茶漬け 果物 	パン ワカメスープ チキンのトマト煮 野菜サラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 煮魚(赤魚) 変わり金平 香の物	ご飯 味噌汁 牛挽肉の柳川風 春雨サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 鰯の照り焼き 茸と青菜の煮浸し 香の物	ご飯 味噌汁 肉豆腐 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 ムニエル コールスロー 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉の煮込み お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(ホッケ) ゼンマイの煮付け 香の物