



献立表



| 日付 | | | 4/1(水) | 4/2(木) | 4/3(金) | 4/4(土) | 4/5(日) |
|-----------|---|--|---|---|---|---|---|
| 朝食 | | | ごはん 味噌汁 じゃがいもと ツナの中華煮 たいみそ | ごはん 味噌汁 竹輪と いんげんの煮物 うずら豆 | ごはん 味噌汁 厚揚げと キャベツの和風あん さくら漬 | ごはん 味噌汁 いわしつみれの トマト煮 スパゲティサラダ | ごはん 味噌汁 じゃがいもの そぼろ煮 のり佃煮 |
| 10時 | 月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。 | | | | | | |
| 昼食 | | | 梅しらすごはん 鶏肉の ネギ塩焼き 大豆の甘辛炒め みかん缶 | パン ブラウンシチュー マカロニソテー カリフラワーの サラダ | けんちんそば なすの味噌炒め | 二色丼 ごぼうと こんにゃくの炒り煮 ほうれん草の 胡麻ドレサラダ | グリーンピースごはん 豚肉の生姜炒め 大根の うすくず煮 パイン缶 |
| 3時 おやつ | | | レーズン蒸しパン 牛乳 | まんじゅう ほうじ茶 | クリームサンド 紅茶 | 黒糖寒天 ほうじ茶 | いちごパッケーキ 牛乳 |
| 夕食 | | | ごはん 味噌汁 タラの マスタード焼き もやしの なめ草和え | ごはん 味噌汁 豆腐のピリ辛炒め 白菜とかにかまの 中華サラダ | ごはん 味噌汁 ホキの 醤油マヨ焼き さつま揚げの 煮物 | ごはん 味噌汁 鶏肉の柚香焼き 菜の花の 青じそサラダ | ごはん 味噌汁 サバの酒蒸し キャベツとエビの 中華サラダ |

| 日付 | 4/6(月) | 4/7(火) | 4/8(水) | 4/9(木) | 4/10(金) | 4/11(土) | 4/12(日) |
|-----------|---|--|--|---|---|---|---|
| 朝食 | ごはん 味噌汁 がんもと玉葱の 煮物 赤かっぱ漬 | ごはん 味噌汁 肉団子の ナポリタン風 パンプキンサラダ | ごはん 味噌汁 厚揚げとチゲソウ菜の 中華あん いりこみそ | ごはん 味噌汁 卵焼き おかか昆布 | ごはん 味噌汁 ふんわりしんじょの 和風煮 柴漬け | ごはん 味噌汁 おさかな豆腐あげと 野菜の中華煮 三色豆 | ごはん 味噌汁 肉団子の 照焼き風 梅干し |
| 10時 | 月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。 | | | | | | |
| 昼食 | ごはん サワラの幽庵焼き ブロッコリーの 炒め物 ほうれん草の 酢味噌和え | きつねうどん れんこん金平 | キーマカレー ほうれん草の ソテー バナナムース | サンドイッチ ミルクスープ ポークビーンズ スパゲティサラダ | 野沢菜昆布の 混ぜご飯 ホキの七味焼き かぼちゃの そぼろ煮 黄桃缶 | ごはん 鶏肉の パン粉焼き 春菊の炒め物 竹輪とチーズの わさび和え | 生姜ごはん サバの塩焼き 和風ビーフン炒め バナナ |
| 3時 おやつ | コーヒー牛乳ゼリー 紅茶 | メープル蒸しパン 牛乳 | 今川焼き ほうじ茶 | ゆず味噌パッケーキ 牛乳 | バームクーヘン 紅茶 | 小倉ミルク寒天 ほうじ茶 | カステラ 紅茶 |
| 夕食 | ごはん 味噌汁 かにかま入り 卵焼き さつま芋の 明太マヨ和え | ごはん 味噌汁 鶏肉の山椒焼き ひじき大豆煮 | ごはん コーンポタージュ カレイの オーロラソース焼き もやしとささみの イタリアンサラダ | ごはん 中華スープ 海鮮豆腐 春雨中華サラダ | ごはん 味噌汁 豚肉と白菜の 炒め物 納豆 | ごはん 味噌汁 タラのごま焼き 白菜のおかか炒め | ごはん 味噌汁 にら玉炒め きゅうりとささみの 和風サラダ |

*食材の入手状況によって、一部内容が変更となります。



献立表



| 日付 | 4/13(月) | 4/14(火) | 4/15(水) | 4/16(木) | 4/17(金) | 4/18(土) | 4/19(日) |
|-----------|---|--|--|---|---|--|---|
| 朝食 | ごはん 味噌汁 高野豆腐と いんげんの煮物 青かっぱ漬 | ごはん 味噌汁 スクランブルエッグの デミグラスソースがけ スパゲティサラダ | ごはん 味噌汁 ふんわりしんじょの 中華旨煮 たいみそ | ごはん 味噌汁 がんもと チンゲン菜の煮物 うずら豆 | ごはん 味噌汁 竹輪ともやしの 炒め物 さくら漬 | ごはん 味噌汁 じゃが芋の トマト煮 たまごサラダ | ごはん 味噌汁 いわしつみれと 白菜の生姜煮 のり佃煮 |
| 10時 | 月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。 | | | | | | |
| 昼食 | 中華丼 れんこんの 中華炒め 大根の 甘酢和え | ごはん カレーの 梅マヨ焼き キザミ昆布の煮物 にんじんマリネ | こだわりの とんこつラーメン 水餃子の 中華煮込み | パン チキンシチュー ほうれん草の マスタード炒め コールスローサラダ | ごはん 豚肉と野菜の 炒め物 大豆煮 じゃがいもの 明太和え | ゆかりごはん タラの 甘酢あんかけ チンゲン菜の 炒め物 パイン缶 | わかめごはん 卵とエビの マヨ炒め 厚揚げの中華煮 黄桃缶 |
| 3時 おやつ | クルミ蒸しパン 牛乳 | 饅頭 ほうじ茶 | きなこパ ッケーキ 牛乳 | メロンゼリー 紅茶 | みかん牛乳寒天 ほうじ茶 | ベジタべる ほうじ茶 | ロールケーキ 紅茶 |
| 夕食 | ごはん すまし汁 ホキの西京焼き キャベツの 和風サラダ | ごはん じゃが芋ポターージュ 鶏肉の塩焼き 大根とツナの フレンチサラダ | ごはん 味噌汁 サバの おろしポン酢がけ 白菜とささみの 青じそサラダ | ごはん 味噌汁 和風卵焼き 切干大根の煮物 | ごはん 味噌汁 サワラの照り煮 ほうれん草の 胡麻和え | ごはん 味噌汁 豚肉とれんこんの 香り炒め 納豆 | ごはん 味噌汁 チキンカツ ブロッコリーの 胡麻醤油サラダ |

| 日付 | 4/20(月) | 4/21(火) | 4/22(水) | 4/23(木) | 4/24(金) | 4/25(土) | 4/26(日) |
|-----------|---|---|--|---|--|--|---|
| 朝食 | ごはん 味噌汁 竹輪と里芋の 煮物 赤かっぱ漬 | ごはん 味噌汁 肉団子の デミグラス風 ポテトサラダ | ごはん 味噌汁 がんもと大根の 中華煮 いりこみそ | ごはん 味噌汁 スクランブルエッグの 和風ソースがけ おかか昆布 | ごはん 味噌汁 豆腐と野菜の 煮物 柴漬け | ごはん 味噌汁 肉団子の中華風 三色豆 | ごはん 味噌汁 おさかな豆腐あげと 白菜の煮物 梅干し |
| 10時 | 月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。 | | | | | | |
| 昼食 | ミートスパゲティ コンソメスープ カリフラワーと ツナのソテー | 麦ごはん 鶏肉のきじ焼き ブロッコリーと カニのくず煮 とろろ | 高菜ごはん ホキの 塩麴焼き ビーフン炒め みかん缶 | パン 煮込みハンバーグ いんげんソテー カリフラワーの フレンチサラダ | ごはん サワラの香梅煮 金平ごぼう ほうれん草の きな粉和え | カレーライス マカロニソテー ヨーグルト | 桜エビごはん 鶏肉の七味焼き ニラもやし炒め キウイフルーツ |
| 3時 おやつ | 饅頭 ほうじ茶 | 紅茶パンケーキ 牛乳 | エクレア 紅茶 | イチゴババロア 紅茶 | ハッシュドポテト ほうじ茶 | 抹茶ゼリー ほうじ茶 | マヨコーン蒸しパン 牛乳 |
| 夕食 | ごはん コーンポターージュ カレーのムニエル かぼちゃサラダ | ごはん コンソメスープ 洋風卵焼き 大根とささみの サラダ | ごはん 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め 納豆 | ごはん 味噌汁 サバの漬焼き キャベツの 和風サラダ | ごはん 味噌汁 豚肉の焼肉炒め 春雨中華サラダ | ごはん 味噌汁 タラの きのこあんかけ ブロッコリーの ポン酢和え | ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 いんげんとツナの ナムル |

*食材の入手状況によって、一部内容が変更となります。



献立表



| 日付 | 4/27(月) | 4/28(火) | 4/29(水) | 4/30(木) | | | |
|-----------|---|--|--|---|--|--|--|
| 朝食 | ごはん 味噌汁 高野豆腐の ごま煮 青かっぱ漬 | ごはん 味噌汁 スクランブルエッグの トマトソースがけ マカロニサラダ | ごはん 味噌汁 じゃがいもの そばろ煮 たいみそ | ごはん 味噌汁 竹輪と いんげんの煮物 うずら豆 | | | |
| 10時 | 月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。 | | | | | | |
| 昼食 | ごはん サワラの生姜焼き なすのそばろ煮 れんこんの フレンチサラダ | ごはん 豚肉の彩り炒め ほうれん草ソテー さつま芋サラダ | 【昭和の日】 昭和懐かしメニュー  | パン 卵とかにかまの 炒め物 スパゲティソテー ほうれん草の フレンチサラダ | | | |
| 3時 おやつ | 饅頭 ほうじ茶 | 人形焼き ほうじ茶 | チョコババロア 紅茶 | キャロットパ ウーキ 牛乳 | | | |
| 夕食 | ごはん 味噌汁 鶏肉の ガーリック焼き ほうれん草の クルミ和え | ごはん 味噌汁 カレーの カレー焼き ブロッコリーの 青じそサラダ | ごはん じゃが芋ポタージュ 鶏肉の マヨネーズ焼き 菜の花の イタリアンサラダ | ごはん 味噌汁 ミートコロッケ 納豆 | | | |