

4月分献立表

	月	火	水	木	金	土
				1日	2日	3日
選択食				A: カレイのみぞれ煮 B: 親子丼	A: 海老フライ B: 牛肉のあっさり炒め	A: 秋刀魚の塩焼き B: 八宝菜
通常献立				ご飯 (A) 蓮根の炒め物 胡瓜の酢味噌和え お吸い物・漬物 (B)	ご飯 さつま芋の甘煮 ほうれん草の和え物 味噌汁	ご飯 ブロッコリーのソテー 春雨の酢の物 中華スープ
おやつ				チョコカステラ 	 手作りおやつ 	小倉あんパイ
	5日	6日	7日	8日	9日	10日
選択食	菜の花弁当	A: 鱈のホイル焼き B: チキン南蛮	A: メルルーサのムニエルきのこソース B: スパゲティーミートソース	長寿ご飯の日	A: 鱈の菜種焼き B: 豚肉の生姜焼き	A: ホキのおろし煮 B: 牛肉のブルコギ風
通常献立	菜の花ご飯 鯛の塩麹焼き・竹の子の酢味噌かけ 新じゃがとスナックエンドウの揚げ煮 おすまし・デザート	ご飯 蓮根の煮物 ほうれん草の錦糸和え 味噌汁	ゆかりご飯 (B半量) カリフラワーの炒め物 いんげんのピーナッツ和え コンソメスープ	十五穀米ご飯 玉ねぎとみつばのかき揚げ 鶏肉の若竹煮柚子風味 春野菜のサラダ・赤だし	ご飯 じゃが芋煮 人参とハムのサラダ お吸い物	ご飯 平天と野菜の煮物 菜の花の辛子マヨ和え 味噌汁
おやつ	キングドーナツ	黒糖棒	 ココアロール	塩饅頭	シュークリーム	 うさぎ饅頭
	12日	13日	14日	15日	16日	17日
選択食	A: 秋刀魚の味噌煮 B: 鶏肉の照り焼き	A: カレイの更紗あんかけ B: キーマカレー	A: メルルーサのピカタ B: 牛肉とブロッコリーの炒め物	A: 鮭のバター焼き B: 鶏肉の唐揚げ	A: ホッケの七味焼き B: 豚肉のネギ塩風味炒め	A: 海老の玉子とじ B: 牛肉のすき煮
通常献立	ご飯 南瓜の煮物 小松菜のお浸し お吸い物	ご飯 (A) チンゲン菜の炒め物 コールスローサラダ 味噌汁 (A)・デザート (B)	ご飯 じゃが芋のツナ煮 ほうれん草のピーナッツ和え 味噌汁	ご飯 金平ごぼう ピクルス風 中華スープ	ご飯 ぜんまいの煮物 小松菜とえのきのポン酢和え 味噌汁	ご飯 蓮根の土佐煮 しろ菜の和え物 お吸い物
おやつ	 黒胡麻饅頭	ミニオレンジマフィン	きんつば	 カステラ	南瓜饅頭	リンゴケーキ
	19日	20日	21日	22日	23日	24日
選択食	A: 鱈の塩麹焼き B: 豚じゃが	A: 鯖の生姜煮 B: 甘だれ肉団子	A: 太刀魚の柚子香焼き B: 鶏肉のレモン焼き	A: 秋刀魚の蒲焼き B: 牛肉の野菜炒め	A: シルバーの照り焼き B: 鶏肉の味噌だれ焼き	竹の子御膳
通常献立	ご飯 竹輪の煮物 キャベツのわさび和え 味噌汁	ご飯 お麩の玉子とじ 小松菜のポン酢和え お吸い物	ご飯 ほうれん草のツナ煮 蓮根のサラダ 味噌汁	ご飯 白菜のベーコン炒め 竹輪の胡麻和え 味噌汁	ご飯 昆布煮豆 ほうれん草のお浸し お吸い物	竹の子ご飯 鶏天・春キャベツの香り うどと人参の金平 赤だし・デザート
おやつ	トラロール	 柚子饅頭	 手作りおやつ 	黒糖饅頭	 いちごロール	田舎饅頭
	26日	27日	28日	29日	30日	
選択食	A: 赤魚の照り焼き B: 鶏肉のやわらか煮	A: ホキの磯辺あげ B: 肉豆腐煮	長寿ご飯の日	A: スズキの照り焼き B: 肉団子のブラウンシチュー煮	A: 鯖の梅おろしポン酢 B: 豚肉の味噌炒め	
通常献立	ご飯 ひじきの煮物 大根のサラダ お吸い物	ご飯 しろ菜の煮浸し ごぼうのサラダ 味噌汁	ご飯 鱈の木の芽焼き 五目野菜煮・お吸い物 新玉ねぎのおかか和え	ご飯 ブロッコリーとエリンギのソテー 人参とかいわれの胡麻ドレ和え お吸い物 (A)・デザート (B)	ご飯 白菜と竹輪の煮浸し 豆腐の胡麻だれかけ 味噌汁	
おやつ	小倉あんパイ	ミニマフィン抹茶	 羊羹焼き饅頭	プチガトーケーキ	芋きんつば	