
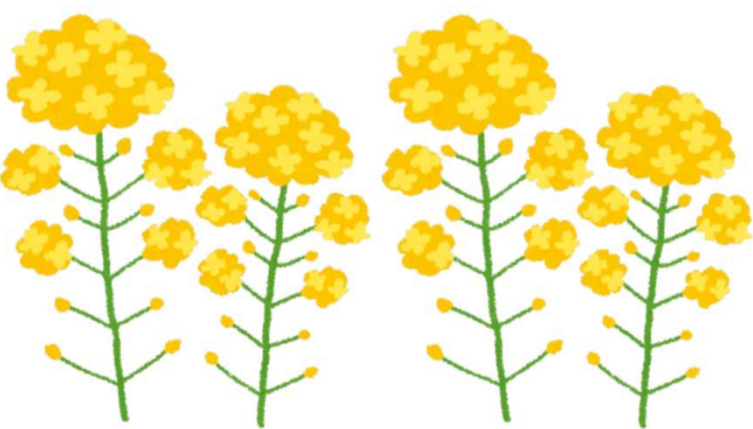


## 4月 予定献立表

※都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

		01日(火)	02日(水)	03日(木)	04日(金)	05日(土)		
朝 昼 おやつ 夕		野菜つみれの煮物 ほうれん草のピーナツ和え 味噌汁 米飯150g ジョア	とりやわらか煮 小松菜のわさび和え 味噌汁 米飯150g 牛乳	大根と角あげの煮物 温泉卵 味噌汁 米飯150g 牛乳	肉団子の煮物 もやしの辛子和え 味噌汁 米飯150g 牛乳	炒り卵 菜の花のおひたし 味噌汁 米飯150g ヨーグルト		
		豚肉のブルコギ風 里芋の煮物 和風サラダ 味噌汁 米飯150g	擬製豆腐 野菜ソテー 大根と中華クラゲの和え物 味噌汁 米飯150g	鶏肉のマスタード焼き ジャーマンポテト ミモザサラダ 味噌汁 米飯150g	焼きそば 白菜の香味サラダ マンゴー	さばのごまだれ焼き 筑前煮 玉ねぎサラダ 清汁 米飯150g		
		牛乳寒天			カステラ			
		たらの野菜あんかけ 金時煮豆 アスパラの辛子酢和え 味噌汁 米飯150g	中華丼 ほうれん草のおろし和え 金時煮豆 中華スープ	白身魚のチリソース 冬瓜の煮物 もやしとニラの和え物 味噌汁 米飯150g	豚バラ大根 長芋の梅おかか和え チンゲン菜のソテー 味噌汁 米飯150g	鶏肉の葱塩焼き さつま揚げとふきの煮物 胡瓜とカニカマの甘酢和え 味噌汁 米飯150g		
		06日(日)	07日(月)	08日(火)	09日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
朝 昼 おやつ 夕		がんもの煮物 いんげんのごま和え 味噌汁 米飯150g りんごジュース	ほうれん草オムレツ 白菜の磯和え ふりかけ 味噌汁 米飯150g 牛乳	五目豆 ブロッコリーのドレッシング和 味噌汁 米飯150g 牛乳	大根のそぼろ煮 小松菜のお浸し 味噌汁 米飯150g ヨーグルト	炊きあわせ もやしの和え物 味噌汁 米飯150g 牛乳	納豆 和風炒め 味噌汁 米飯150g 牛乳	三色いなりの含煮 大根の和え物 ねぎみそ 味噌汁 米飯150g 牛乳
		麻婆茄子 かに焼売 大根のさっぱり和え 中華スープ 米飯150g	豚肉の生姜野菜炒め 切干大根の煮物 ポテトサラダ 味噌汁 米飯150g	野菜かき揚げ 菜の花と油あげのお浸し 抹茶パフェ 筍ご飯 春野菜の味噌汁	鶏肉のレモン焼き きんぴらごぼう ブロッコリーの和え物 味噌汁 米飯150g	ナポリタン コールスローサラダ 青りんごゼリー	ビーフカレーライス 福神漬け・らっきょう 大根サラダ ジョア	照り焼きチキン ツナと大根の煮物 アスパラサラダ 味噌汁 米飯150g
				まんじゅう			焼き芋	
		赤魚の煮つけ 青菜とツナの卵炒め 白菜のしば漬和え 味噌汁 米飯150g	ほきの七味味噌焼き なすのお浸し ひじきの煮物 清汁 米飯150g	厚揚げのオイスター炒め 豚肉と大根の煮物 きゅうりのゆかり和え 味噌汁 米飯150g	豚丼 かぼちゃサラダ 即席漬け 味噌汁	かに玉風 桜えびと大根の煮物 金時煮豆 白菜の生姜スープ 米飯150g	めばるの香味焼き 切り昆布の煮付 とろろ芋 味噌汁 米飯150g	ハムサラダフライ 人参しりしり もずく酢 味噌汁 米飯150g
		13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
朝 昼 おやつ 夕		じゃがいものそぼろ煮 温泉卵 味噌汁 米飯150g りんごジュース	枝豆がんもの含煮 菜の花の磯和え めかぶ佃煮 味噌汁 米飯150g ヨーグルト	とりやわらか煮 チンゲン菜の和え物 味噌汁 米飯150g 牛乳	魚河岸揚げの煮物 白菜の生姜醤油和え ふりかけ 味噌汁 米飯150g 牛乳	白菜と豆腐のうま煮 キャベツのからし和え 味噌汁 米飯150g 牛乳	和風オムレツ いんげんのおかか和え 味噌汁 米飯150g 牛乳	えびふきの煮物 とろろ芋 味噌汁 米飯150g 牛乳
		たらのホイロ焼き風 厚揚げのすき煮 ほうれん草のツナマヨサラダ 米飯150g 味噌汁	野菜いっぱい卵焼き 豚バラ大根 オクラの梅和え 味噌汁 米飯150g	肉豆腐 厚焼き玉子 白菜の柚子香和え 味噌汁 米飯150g	ピピンバ コロケ 杏仁豆腐 わかめスープ	鶏肉のトマト煮 さつまいもサラダ ジョア 備蓄食パン・ジャム	豚しゃぶ風 さつま揚げの煮物 ブロッコリーのごまマヨ和え チンゲン菜スープ 米飯150g	鮭のレモン風味焼き ひじきの煮物 香味サラダ 味噌汁 米飯150g
					バナナケーキ		今川焼	
		肉団子の甘辛煮 アスパラベーコン炒め なすめんつゆ和え 味噌汁 米飯150g	鱈のねぎ焼き おでん風煮物 もずく酢 味噌汁 米飯150g	塩こうじ野菜炒め ひじきサラダ たたき胡瓜 味噌汁 米飯150g	赤魚のおろし煮 なすの味噌炒め ブロッコリーのツナ和え 清汁 米飯150g	三色丼 白菜の和え物 金時煮豆 味噌汁	豆腐ハンバーグの野菜あんかけ かぼちゃのいとこ煮 春菊の辛子酢和え 味噌汁 米飯150g	ポークカレーライス 福神漬け・らっきょう 春雨サラダ
		20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
朝 昼 おやつ 夕		サラダステーキ なめたけおろし 味噌汁 米飯150g りんごジュース	揚げボールの煮物 春菊の和えもの 明太子ソース 味噌汁 米飯150g 牛乳	エビ団子とじゃが芋の煮物 キャベツの磯和え 味噌汁 米飯150g ヨーグルト	ウイナー入り野菜炒め 小松菜のごま和え 味噌汁 米飯150g 牛乳	はんぺんの卵とじ煮 春菊の辛子和え ふりかけ 味噌汁 米飯150g ジョア	納豆 車麩とチンゲン菜の煮浸し 味噌汁 米飯150g 牛乳	エビボールの煮物 いんげんの和え物 味噌汁 米飯150g 牛乳
		豚肉と卵のオイスター炒め 三色ナムル 大根と桜えびの煮物 味噌汁 米飯150g	とんかつ 筑前煮 大根と枝豆の和風サラダ 味噌汁 米飯150g	ホッケのごま塩焼き きんぴらごぼう ポパイサラダ 具だくさん汁 赤飯	焼鳥丼 オクラのポン酢和え 白和え 味噌汁	けんちんうどん 竹輪の磯辺揚げ 胡瓜の酢の物	白身魚のコーンマヨ焼き ニラ玉炒め もやしとハムのサラダ 味噌汁 米飯150g	豚肉の柳川風 野菜のコンソメ煮 和風サラダ 味噌汁 米飯150g
				ピザパン			抹茶プリン	
		さばのゆず味噌田楽 竹輪の煮物 ブロッコリーの和え物 清汁 米飯150g	茄子と鶏肉の甘酢丼 オクラとトマトおかか和え 味噌汁	肉じゃが 春巻き アスパラとコーンのサラダ かき玉汁 米飯150g	鯖幽庵焼き 青菜の炒め物 ゆず風味大根 清汁 米飯150g	豚肉のケチャップ炒め 金時煮豆 菜の花のおろし和え 清汁 米飯150g	鶏肉のみぞれ煮 ほうれん草炒め キャベツとツナのサラダ 味噌汁 米飯150g	絹厚揚げのきのこあんかけ 野菜しゅうまい 白菜と蒸し鶏の和え物 味噌汁 米飯150g
		27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)			
朝 昼 おやつ 夕		焼ちくわの炒め煮 菜の花の生姜和え 味噌汁 米飯150g りんごジュース	野菜の卵とじ 白菜の梅なめたけ かつお節みそ 味噌汁 米飯150g 牛乳	豆腐しんじょうの煮物 煮豆 味噌汁 米飯150g 牛乳	里芋のそぼろ煮 コールスローサラダ 味噌汁 米飯150g ヨーグルト			
		鶏肉の山賊焼き 里芋の煮物 ビーンズサラダ 味噌汁 米飯150g	豚肉の生姜野菜炒め 春雨サラダ 南瓜の煮物 味噌汁 米飯150g	鶏肉の唐揚げおろしソース 蓮根の金平 ポテトサラダ 味噌汁 米飯150g	白身魚のポテトチーズ焼き おでん風煮物 人参サラダ 味噌汁 米飯150g			
				ドーナツ				
		めばるのみりん醤油焼き 小松菜の煮浸し きゅうりのゆかり和え 清汁 米飯150g	天津丼風 もやしの中華和え 中華スープ	豚バラ大根 きのこソテー 春菊のおかか和え 味噌汁 米飯150g	麻婆豆腐 三色ナムル 大根のしば漬和え 清汁 米飯150g			