

献立表

期 間:2017/4/1～2017/4/15

	日	月	火	水	木	金	土
							1
朝食							御飯 ひじき五日煮 蔥入玉子焼き 味噌汁(シメジ、トロコブ)
昼食							春色御飯 コロツケ 煮物(厚揚げ) 菜の花のお浸し いちご 味噌汁(あさり、キャベツ)
夕食							御飯 豚しゃぶ風 和風サラダ 漬物(きゅうり)
3時							フルーツゼリー
	2	3	4	5	6	7	8
朝食	御飯 切干大根とベーコンの煮物 鯉の甘露煮 味噌汁(ナメコ、玉葱)	御飯 キャベツとソーセージコンの煮物 黒豆煮 味噌汁(麩、エノキ)	御飯 野菜たっぷり煮物 あざつき納豆 味噌汁(ジャガイモ、ワカメ)	御飯 根菜の煮物 きのこの卵焼き 味噌汁(トロコブ、葱)	御飯 4色きんぴら ししゃも甘露煮 味噌汁(かぶ、油揚げ)	御飯 小松菜とアサリの煮物 とろろ納豆 味噌汁(ナメコ、大根)	御飯 カンモトキと野菜の含煮 ウインナー 味噌汁(麩、エノキ)
昼食	御飯 麻婆豆腐 ほうれん草のナムル エビ餃子	御飯 豚肉と野菜卵とじ たらもサラダ 胡瓜とワカメの酢の物 みかん缶 味噌汁(キャベツ、ネギ)	ひじき御飯 シルバーの照り焼き エノキと春菊の炒め煮 トマトサラダ バナナ 味噌汁(麩、アサリ)	山菜そば 揚げ出し豆腐 切干大根の酢の物 キャベツと胡瓜の即席漬	御飯 松風焼き つみ菜のサラダ 昆布豆 キウイとパイナップル 吸物(豆腐、ワカメ)	御飯 豚肉味噌焼き 海草サラダ 漬物(はくさい) フルーツヨーグルト 味噌汁(トロコブ、キャベツ)	御飯 かれいの煮付け 里芋のサラダ 小松菜とキノコの炒め物 いちご 味噌汁(アサツキ、豆腐)
夕食	ゆかりごはん 千草焼き 里芋の柚子味噌かけ ワカメスープ	麦入り御飯 赤魚の煮付け つみ菜の白和え 長芽とろろ	御飯 豚しょうが焼き 煮物(かぼちゃ) べったら漬け	御飯 鶏肉と野菜の煮物 薩摩芋のサラダ 小松菜からし和え	御飯 酢豚 春雨サラダ ザーサイ	御飯 鯖のケチャップマヨネーズ焼き ブロッコリとハムのサラダ 粉ふき芋	御飯 鶏照り焼き アスパラと卵のソテー もやしサラダ
3時	スイートポテト	喫茶室ポビー	運べるおやつ	桜餅	喫茶室ポビー	煎餅	プリン
	9	10	11	12	13	14	15
朝食	御飯 豆腐ときのこの当座煮 だし巻玉子 味噌汁(キャベツ、葱)	御飯 きんぴらごぼう さんまの甘露煮 味噌汁(トロコブ、豆腐)	御飯 キャベツとハンパンの煮物 胡麻納豆 味噌汁(エノキ、かぶ)	御飯 ひじきと野菜の煮物 そばろ 味噌汁(油揚げ、葱)	御飯 野菜としらすの煮物 トマトオムレツ 味噌汁(キャベツ、シメジ)	御飯 切干大根の炒め煮 青のり納豆 味噌汁(トロコブ、豆腐)	御飯 五日煮豆 イワシ生妻煮 味噌汁(油揚げ、葱)
昼食	御飯 メンチカツ 彩サラダ マッシュポテト	御飯 豚肉と春野菜の炒め物 さつまもれモン煮 ツナと青菜のサラダ フルーツポンチ 味噌汁(麩、アサリ)	御飯 鯖の竜田揚げ 煮物(厚揚げ) 胡瓜とワカメの酢の物 キウイとモモ 味噌汁(ナメコ、ジャガイモ)	御飯 和風ハンバーグ照焼ソース ポテチーズ焼き 青菜のソテー フルーツヨーグルト 味噌汁(ワカメ、麩)	御飯 ハタ菜 春雨サラダ 漬物(ザーサイ) バナナ かき卵スープ	御飯 ビーマン肉詰 アサリと小松菜の煮浸し 漬物(たくあん) もも缶 味噌汁(キャベツ、エノキ)	かけうどん 桜エビと春野菜のかき揚げ 鶏しんじょうあんかけ 野菜の即席漬け
夕食	御飯 サケの塩焼き つみ菜の炒め物 豚汁	御飯 クリームシチュー(鶏) 野菜オムレツ トマトとレタスのサラダ	御飯 豚肉のたれ焼き 煮物(里芋) 小松菜の和え物	御飯 かれいのムニエル スパゲティサラダ 漬物(桜漬)	御飯 鶏肉ときのこの煮焼き 卵の花炒り煮 もずく三杯酢	わかめごはん つみれと卵の煮物 さつまもれ甘煮 いんげんごま和え	御飯 魚介と野菜のトマト煮 ポテトサラダ 青菜のビーナツ和え
3時	よもぎまんじゅう	喫茶室ポビー	運べるおやつ	ウエハース・牛乳	喫茶室ポビー	お好み焼き	フルーツゼリー