

献立表

期 間:2018/4/16~2018/4/30

	日	月	火	水	木	金	土
		16	17	18	19	20	21
朝食		御飯 ソーセージと野菜の煮物 きのこのたまご焼き 味噌汁(葱、シメジ)	御飯 4色きんぴら とろろ納豆 味噌汁(エノキ、麩)	御飯 つみれと野菜の煮物 たらこ 味噌汁(ジャガイモ、ナメコ)	御飯 野菜の洋風煮 玉子焼き 味噌汁(油揚げ、葱)	御飯 カンモトキと野菜の含煮 サバの味噌煮 味噌汁(玉葱、トロコフ)	御飯 アサリとかぶの煮物 黒豆煮 味噌汁(麩、里芋)
昼食		御飯 八宝菜 ブロッコリーのサラダ ザーサイ 杏仁フルーツ 水餃子のスープ	御飯 里芋と鶏肉オイスターソース煮 春雨サラダ ミニ豆腐 いちご トロコフと青梗菜のスープ	御飯 豆腐ハンバーグ照焼ソース 車麩の煮付け 胡瓜とワカメの和え物 りんご 味噌汁(浅葱、あざり)	御飯 サケの塩焼き 煮物(厚揚げ) ごぼうのサラダ みかん 味噌汁(エノキ、麩)	御飯 豚肉と野菜の卵とじ 菜花と納豆の和え物 漬物(きゅうり) ぶどう 若竹汁	御飯 鶏肉の甘辛揚 ひじき五目煮 白和え バナナ 味噌汁(玉葱、シメジ)
夕食		御飯 シルバーの照り焼き 小松菜のお浸し 粉ふき芋	御飯 豚肉と大豆のトマト煮 いんげんのサラダ ミニオムレツ	御飯 鯖と野菜の蒸し焼き さつまいもレモン煮 小松菜の和え物	御飯 麻婆豆腐 エビシユウマイ ナムル	御飯 筑前煮 ブロッコリーのサラダ オクラめかぶ	御飯 鰯のカレー風味焼き かぼちゃそぼろ煮 インゲンピーナツ和え
5時		喫茶室ポピー	飲み物	選べるおやつ	スイートポテト	きんつば	煎餅・牛乳
	22	23	24	25	26	27	28
朝食	御飯 高野豆腐含め煮 ウインナー 味噌汁(ナメコ、油揚げ)	御飯 野菜煮物 ミートオムレツ 味噌汁(葱、シメジ)	御飯 きんぴらごぼう オクラ納豆 味噌汁(大根、エノキ)	御飯 ぜんまい炒め煮 うぐいす豆 味噌汁(玉葱、ワカメ)	御飯 かぶの炒り煮 だし巻たまご 味噌汁(ナメコ、ジャガイモ)	御飯 キャベツの煮物 納豆山かけ 味噌汁(麩、シメジ)	御飯 筍煮物 さんまの甘露煮 味噌汁(かぶ、エノキ)
昼食	御飯 カレイのムニエル 野菜とベーコンコンソメ煮 アスパラのサラダ	御飯 とろろそば 揚げ出し豆腐 切干大根の炒め煮 蒸鶏と菜の花の和え物	御飯 チキンカツ わらびの煮物 胡瓜とワカメの和え物 キウイとモモ 味噌汁(豆腐、なめこ)	御飯 豚しょうが焼き ブロッコリーのサラダ 野菜の塩麩和え いちご かき玉汁	御飯 味噌ラーメン ナムル 海老餃子	御飯 鯖の西京焼き 厚揚げと野菜の煮物 野菜の塩昆布和え バナナ 味噌汁(あざり、浅葱)	五色丼 豆腐のなめこあんかけ うどの酢味噌あえ メロン 花麩とミツハの澄汁
夕食	御飯 千草焼き 含め煮(里芋、大根) 小松菜からし和え ワカメスープ	御飯 回鍋肉 豆と海藻のサラダ ザーサイ	御飯 ほっけ塩焼き 三色ピーマン炒め かぶのゆかりあえ	御飯 鶏豆腐煮 薩摩芋サラダ 野沢菜漬け	御飯 赤魚のあんかけ 野菜の炒め 小松菜胡桃和え	御飯 ミートローフ マッシュポテト トマトサラダ	御飯 カニ玉 棒々鶏 野菜焼売
5時	いちごのヨーグルト	喫茶室ポピー	飲み物	選べるおやつ	お楽しみおやつ	煎餅・牛乳	チョコレートムース
	29	30					
朝食	御飯 青菜と浅利の炒め煮 昆布大豆 味噌汁(トロコフ、葱)	御飯 わらびと厚揚げの煮物 そぼろ 味噌汁(玉葱、麩)					
昼食	選択食(トリア・餡カケチャーハン) 肉野菜炒め 焼き餃子 野菜スープ	御飯 酢魚 春雨と卵のサラダ ザーサイ ぶどう 味噌汁(豆腐、かぶ)					
夕食	御飯 鶏肉と野菜のたれ焼き 煮物(かぼちゃ) マカロニサラダ	御飯 肉じゃが 舞茸と青菜の炒め もずく三杯酢					

5 時	おまんじゅう	アイスクリーム					
--------	--------	---------	--	--	--	--	--