

4月 献立表

期 間：2025/4/1～2025/4/30

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|---|--|--|---|--|---|--|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 朝食 | | | 御飯 がんもごぼうの煮物 あじの昆布煮 味噌汁(さつま芋、麩) | 御飯 じゃがいもとリーゼットの煮物 オムレツ 味噌汁(玉葱、I片) | 御飯 切干大根の炒め煮 三色豆 味噌汁(じゃがいも、わか) | 御飯 ふきと厚揚げの煮物 ミートボール(柚子おろし) 味噌汁(ほうれん草、さつま芋) | 御飯 大豆とひじきの炒め煮 いわし生姜煮 味噌汁(大根、高野豆腐) |
| 昼食 | | | 御飯 キャベツと加工のたまご炒め 小松菜と桜えびの煮浸し 春雨サラダ 味噌汁(豆腐、あおさ) | 御飯 豚しょうが焼き 厚揚げと野菜の煮物 青海苔とろろ 味噌汁(小松菜、なめこ) | 御飯 麻婆豆腐 冬瓜とえびつみれの蒸し煮 三色和え 菜花のスープ | 御飯 白身フライ(①デパート) 里芋のごまみそあえ ブロッコリーと海藻のサラダ はんぺんの澄まし汁 | 御飯 山菜きのこうどん 肉詰め稲荷のあんかけ さつま芋の味噌煮 かき菜の和えもの |
| 夕食 | | | 御飯 ハバーグデミグラスソース 三色ピーマン炒め じゃが芋汁和え | 御飯 鮭ときのこのバター醤油焼き キャベツのクリーム煮 ほうれん草とコーンのサラダ | 御飯 鯖のおろしポン酢かけ チンゲン菜炒め カリフラワーとハムの和え物 | 御飯 炒り豆腐 リーゼットとじゃが芋のトマト煮 小松菜のからしあえ | 御飯 豚肉となすの味噌炒め 南瓜の小豆煮 もやしの和え物 |
| | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 朝食 | 御飯 えびつみれの煮物 玉子焼き 味噌汁(葱、里芋) | 御飯 がんもときのこの煮物 オクラ納豆 味噌汁(小松菜、麩) | 御飯 ウイナーと野菜のコンソメ煮 チーズオムレツ 味噌汁(わかめ、豆腐) | 御飯 I片と青菜の炒め煮 肉団子 味噌汁(大根、油揚げ) | 御飯 キャベツとツナの煮物 いわしのおかか煮 味噌汁(玉葱、薩摩芋) | 御飯 かぶとはんぺんの煮物 金時豆 梅干し 味噌汁(里芋、あおさ) | 御飯 リーゼットと野菜の煮物 だし巻き玉子 味噌汁(キャベツ、高野豆腐) |
| 昼食 | 御飯 鶏肉と野菜のトマト煮 青菜とパプリカの炒め マカロニサラダ かぶのスープ | 御飯 鯖の西京焼き たまごしんじょと野菜の煮物 ほうれん草のごまあえ けんちん汁 | 御飯 豚肉とキャベツの煮物 きんぴら さつま芋サラダ かき玉汁 | 御飯 カレイのムニエル ジャガイモとピーマンの炒め きゅうりとささみと和え物 もやしスープ | 御飯 筑前煮 なすの田楽 チンゲン菜のあえ物 きのこ汁 | 御飯 加工肉とマッシュルームの煮物 ふきとがんもの煮物 春雨サラダ 味噌汁(ほうれん草、麩) | 御飯 肉団子のトマトクリームソース 青菜とたまごの炒め 加工肉のサラダ |
| 夕食 | 御飯 赤魚とキャベツのバター蒸し じゃがいものそぼろ煮 胡瓜とわかめの酢の物 | 御飯 豚肉とピーマンのオムレツ炒め 薬味豆腐 大根サラダ | 御飯 たらのみぞれきのこあん 里芋とひき肉の炒め煮 わかめとわかめの山葵ソース酢 | 御飯 干草焼き キャベツと厚揚げの炒め ブロッコリーの和え物 | 御飯 豚肉の胡麻味噌煮 菜の花と人参のバター炒め ソーセージサラダ | 御飯 鶏肉とキャベツの塩麴炒め 大根とさつま揚げの煮物 白和え | 御飯 魚介と筍の旨煮 人参とピーマンの炒め 小松菜としらすの和え物 |
| | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 朝食 | 御飯 ビーツ入りきんぴら あじの生姜煮 味噌汁(薩摩芋、油揚げ) | 御飯 高野豆腐の含め煮 とろろ納豆 味噌汁(しめじ、わか) | 御飯 小松菜と厚揚げの煮物 きのこの玉子焼き 味噌汁(じゃが芋、葱) | 御飯 切干大根の煮物 黒花豆 味噌汁(I片、高野豆腐) | 御飯 がんもと野菜の含め煮 ミートボール 味噌汁(青梗菜、油揚げ) | 御飯 じゃが芋とパプリカの煮物 トマトオムレツ 味噌汁(大根、トウモロコシ) | 御飯 厚揚げとさつま芋の炒め煮 いわしのみぞれ煮 味噌汁(ホウレンソウ、しめじ) |
| 昼食 | 御飯 豚しゃぶ セロリと人参の炒め煮 菜花のおかか和え 味噌汁(葱、椎茸) | 肉そば えびつみれとなすのみぞれ煮 ジャガイモのツナ和え ミニ豆腐 | 御飯 鮭の塩焼き がんもと人参の煮物 ほうれん草のピーマン和え 豚汁 | 御飯 鶏の照り焼き キャベツの中華風炒め 枝豆入り白和え コンソメスープ | 御飯 豚肉とキャベツのオムレツ炒め さつま芋の煮物 春雨サラダ なすの中華スープ | 御飯 赤魚のチーズ蒸し かぼちゃの煮物 キャベツサラダ かぶの味噌汁 | 御飯 唐揚げ じゃが芋と筍の煮物 ミニ豆腐 味噌汁(かき菜、玉葱) |
| 夕食 | 御飯 厚揚げのそぼろ炒め かぼちゃと大豆の煮物 カリフラワー明太サラダ | 御飯 鯖の味噌煮 ブロッコリーの玉子とじ もずくの和え物 | 御飯 かぼちゃのクリーム煮 カリフラワーの炒め ハムとコーンのサラダ | 御飯 じゃが芋と玉子のクリーム炒め ピーマンと肉団子の煮物 ごぼうサラダ | 御飯 白身魚の野菜あんかけ 粉ふき芋 ブロッコリーのサラダ | 御飯 鶏肉と里芋の旨煮 なすとピーマンのさっぱり炒め 長芋とろろ | 御飯 あじさんがやき 肉詰めいなりと青梗菜の煮浸し 大豆と海藻サラダ |

| | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
|----|--|---|---|---|---|---|--|
| 朝食 | 御飯 ひじきの煮物 玉子焼き 味噌汁(キャブ、油揚げ) | 御飯 はんぺんと野菜の煮物 オクラ納豆 味噌汁(玉葱、高野豆腐) | 御飯 竹輪と大豆の炒め煮 鱈の昆布煮 味噌汁(さつま芋、葱) | 御飯 車麩と野菜の煮物 甘酢肉団子 味噌汁(椎茸、ほうれん草) | 御飯 えびつみれと豆腐の煮物 三色豆 味噌汁(大根、トコ昆布) | 御飯 高野豆腐の煮物 きのこ玉子焼き 味噌汁(ジャガイロ、麩) | 御飯 リーゼーの洋風煮 いわしのおかか煮 味噌汁(豆腐、あおさ) |
| 昼食 | 御飯 鮭のムニエル ジャーマンポテト ほうれん草のサラダ キノコのスープ | 御飯 鶏ひき肉とアスパラのカレーライス スクランブルエッグ(デイ選択:しんじょ) キャブとツナのサラダ 漬物(福神漬) | 御飯 キノコみそだれ 里芋とがんもの煮物 もずく三杯酢 吸物(えのき、蒲鉾) | 御飯 白身魚のバター醤油焼き もやしとウイナーのたまご炒め にんじんサラダ 根菜の汁物 | 御飯 酢豚 じゃが芋のオムレツ煮 ブロッコリーとツナのサラダ フルーツサラダ(デイ) 中華スープ | 焼きそば 豆腐焼売 ナムル キウイフルーツ(デイ) かきたま汁 | パン 野菜入りオムレツ ミートボール コーンスープ 黄桃缶(デイ) コンソメスープ |
| 夕食 | 御飯 肉豆腐 さつまも甘煮 ブロッコリーの塩昆布和え | 御飯 ロールキャブとトマトソースかけ 大根とさつま揚げの炒め ピザ(胡麻マヨ和え) | 御飯 高野豆腐のたまごとし 小松菜と油揚げの炒め煮 ポテトサラダ | 御飯 キャブと筍の肉味噌炒め さつま芋とかぼちゃの煮物 ひじきときゅうりの和え物 | 御飯 さわらのごまみりん焼き 卵の花 キャブとツナのサラダ | 麦入り御飯 鶏肉のみそ焼き ツマアゲとピザの炒め 大根と胡瓜の即席漬 | 御飯 菜の花と豚肉の炒め 根菜の煮物 アスパラとトマトのサラダ |
| | 27 | 28 | 29 | 30 | | | |
| 朝食 | 御飯 大根とがんもの煮物 金時豆 味噌汁(椎茸、小松菜) | 御飯 ツナとジャガイロの煮物 納豆山かけ 味噌汁(玉葱、ツメ) | 御飯 切干大根煮 だし巻き玉子 味噌汁(じゃが芋、葱) | 御飯 さつま揚げとひじきの煮物 そぼろ 味噌汁(キャブ、椎茸) | | | |
| 昼食 | 御飯 鶏肉とキャブのガーリック炒め さつま芋サラダ トマトのクリームサラダ | 御飯 あじの南蛮漬け はんぺんと大根の煮物 菜花のからし和え みかん缶(デイ) 味噌汁(ナメ、豆腐) | 御飯 春野菜と豚肉の炒め ほうれん草焼売 かぼちゃサラダ ヨーグルト(デイ) ごぼうときのこの味噌汁 | 御飯 鯖の塩焼き にんじんとウイナーの炒め かき菜のピザ(デイ) バナナ(デイ) けんちん汁 | | | |
| 夕食 | 炊き込み御飯 さば照焼 きのこカレー 人参ときぬさやのおかかあえ | 御飯 肉団子と牛蒡の生姜煮 ブロッコリーとたまごの炒め もやしの和え物 | 御飯 かれいの煮つけ さつま芋とバナナの炒め スパゲッティ | 御飯 豚肉のみそマヨネーズ炒め ほうれん草とじゃが芋の煮物 トマトとブロッコリーのサラダ | | | |