

4月の献立表

	日	月	火	水	木	金	土
	日	日	日	日	日	1日	2日
朝						パン又はおかゆ 磯巻き卵	パン又はおかゆ ほうれん草のソテー 牛乳
昼						ごはん カレイの煮付け もやしの炒め物 胡瓜のごま酢和え 味噌汁 漬物	ごはん 豚のピリ辛炒め 三色稲荷の煮物 香味ドレ和え(大根) 味噌汁 漬物
おやつ						プチクレープ(チョコ)	フルーツみつまめ
夕						ごはん 肉団子の中華あん 煮物(キャベツ) 黄桃缶 中華スープ 漬物	ごはん 揚げ豆腐 白菜と鶏の炒め煮 南瓜サラダ 味噌汁 漬物
朝	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
朝	パン又はおかゆ アスパラソテー 牛乳	パン又はおかゆ ハムチーズピカタ 牛乳	パン又はおかゆ スープ仕立て 牛乳	パン又はおかゆ 隠元のビーナツドレ和え 牛乳	パン又はおかゆ 洋風だし巻き 牛乳	パン又はおかゆ カリフラワーソテー 牛乳	パン又はおかゆ キャベツの炒め物 牛乳
昼	ごはん 鶏のやわらか煮 炒め物(小松菜) 白菜のゆかり和え 味噌汁 漬物	ごはん 焼鯖の南蛮漬け キャベツの煮浸し もやしのミルク和え 味噌汁 漬物	散らし寿司 鶏の照り焼き(小) 黒豆がんも煮 菜の花のからし和え ミニ桜もち 茶碗蒸し	菜めし 野菜あんかけそば イカ楸紗焼き みかん缶	ごはん 鯖の味噌増だれ 炒め煮(絹揚げ) もやしのピリ辛和え 清汁 漬物	ごはん 豚のごま醤油炒め ひじき大豆 さつま芋サラダ 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚の香草パン粉焼き はたけ菜のソテー スパサラダ 味噌汁 漬物
おやつ	ぶどうゼリー	マンマン	とどやき(いちごクリーム)	チョコケーキ	ワッフル	桜どら焼き	ファンシーケーキ
夕	ごはん 白身魚のタルタルかけ 卵の花 ブロッコリーサラダ 味噌汁 漬物	ごはん ハンバーグ 切干大根 杏仁豆腐とマンゴー缶 コンソメスープ 漬物	ごはん 牛肉の和風炒め 高野の煮物 和え物(キャベツ) 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚の揚げ浸し そぼろ煮(鶏・じゃが) ブロッコリーサラダ 赤だし 漬物	ごはん 蓮根まんじゅう さくらシューマイ 大根の金平 味噌汁 漬物	ごはん 秋刀魚の山椒煮 ポテトミンチ巻き アスパラの豆乳和え 味噌汁 漬物	ごはん 鶏と里芋の煮込み 奴豆腐 もずく酢 清汁 漬物
朝	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
朝	パン又はおかゆ キャベツのサラダ 牛乳	パン又はおかゆ ポトフ 牛乳	パン又はおかゆ ブロッコリーサラダ 牛乳	パン又はおかゆ だし巻き卵 牛乳	パン又はおかゆ ほうれん草のソテー 牛乳	パン又はおかゆ 千草焼 牛乳	パン又はおかゆ ブロッコリーサラダ 牛乳
昼	キーマカレー ブロッコリーのドレ和え ミルク寒天の苺ソースかけ 漬物	豆ごはん 鯉の若狭焼き 高野の煮物 胡瓜の甘酢和え 味噌汁 漬物	ごはん 牛肉の和風炒め 煮物(一口がんも) 生酢 味噌汁 漬物	ごはん ホッケの塩麹焼き 小松菜の炒め物 カリフラワーサラダ 味噌汁 漬物	ごはん 赤魚の煮付け えび豆 ブロッコリーのビーナツドレ和え 豚汁 漬物	菜めし かき揚げうどん 煮物(筍) マヨサラダ(アスパラ)	ごはん 豚のすき煮風 イカ楸紗焼き 菜の花のボン酢和え 味噌汁 漬物
おやつ	ケーキ・紅茶	抹茶ゼリー	桜あんパン	ぜんざい	ミルクプリン	チョコレートケーキ	よもぎまんじゅう
夕	ごはん 白身魚の焼き浸し 茎わかめの煮物 白菜のビーナツ和え 味噌汁 漬物	ごはん 鶏のさっぱり煮 もやしの炒め物 マカロニサラダ 味噌汁 漬物	ごはん 鯖の味噌煮 キャベツの炒め物 刻みとろろ 清汁 漬物	ごはん オレンジチキン 肉金平 白菜の和え物 味噌汁 漬物	ごはん ミートローフ 煮物(山芋) ヨーグルト 味噌汁 漬物	ごはん 牛肉のオイスター炒め ひじきの煮物 黄桃缶 味噌汁 漬物	ごはん カレイの魚田菜 里芋の鶏そぼろ煮 チキンナゲット 清汁 漬物
朝	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
朝	パン又はおかゆ プレーンオムレツ 牛乳	パン又はおかゆ チキンピカタ 牛乳	パン又はおかゆ ソテー(ポロニアソーセージ) 牛乳	パン又はおかゆ 筑前煮 牛乳	パン又はおかゆ スープ仕立て 牛乳	パン又はおかゆ スクランブルエッグ 牛乳	パン又はおかゆ 隠元のソテー 牛乳
昼	ごはん 鶏の照り焼き 大根と豚のとろみ炒め 胡瓜の酢の物 味噌汁 漬物	ごはん 豚のバター醤油炒め 切干大根 豆腐の味噌増だれかけ 清汁 漬物	ごはん 赤魚のあんかけ 煮物(筍) ブロッコリーの梅和え 味噌汁 漬物	ごはん カツとじ キャベツソテー もやしの土佐酢 赤だし 漬物	ごはん 鶏の塩麹蒸し 大根と竹輪の煮物 バナナ 味噌汁 漬物	弁当 箱ご飯 鯖の西京焼き 高野の煮物 キャベツのお浸し とろろ汁	ごはん 鶏の唐揚げ葱塩だれかけ もやしとツナの炒め物 胡瓜のごま酢 味噌汁 漬物
おやつ	コーヒーゼリー	マドレーヌ	桜のしぐれ	杏仁豆腐とみかん缶	抹茶もみじまんじゅう	喫茶の日	パバロアシュークリーム
夕	ごはん 白身魚の和風あんかけ 金平牛蒡 さつま芋サラダ 味噌汁 漬物	ねぎとろ丼 じゃがいも煮 白菜のピリ辛和え 味噌汁	ごはん おでん 隠元のサラダ 金時豆 味噌汁	ごはん 鯉の焼き浸し 含め煮 アスパラサラダ 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚の香草焼き 枝豆のソテー しろなの真砂和え 味噌汁 漬物	ごはん 豚じゃが 塩だしとろみ炒め(白菜) マカロニサラダ 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚のピカタ 里芋と豚の煮物 大根サラダ 味噌汁 漬物
朝	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
朝	パン又はおかゆ だし巻き卵 牛乳	パン又はおかゆ 豆乳スープ仕立て 牛乳	パン又はおかゆ ミートオムレツ 牛乳	パン又はおかゆ カリフラワーソテー 牛乳	パン又はおかゆ ブロッコリーのミルク和え 牛乳	パン又はおかゆ 海鮮豆腐ステーキ 牛乳	パン又はおかゆ だし巻き 牛乳
昼	ごはん 鯖の若狭焼き 大豆煮 キャベツのあっさり和え 味噌汁 漬物	ハヤシライス カリフラワーサラダ 色寒天	ごはん 白身魚ソテー ひじきの炒め物 マヨサラダ 味噌汁 漬物	にぎり寿司 山芋のそぼろ煮 味噌汁 みかん缶	ごはん コロッケ・ミニオムレツ 大豆煮 胡瓜の甘酢和え 味噌汁 漬物	ごはん 鯖の塩焼き 肉金平 卵豆腐 味噌汁 漬物	ごはん 鯖の山椒煮 もやしの炒め物 隠元のごまだれ和え 味噌汁 漬物
おやつ	オレンジゼリー	桜まんじゅう	ワッフル	プリン	ミニたい焼き	薄皮まんじゅう	スイートポテト
夕	ごはん ハンバーグ ブロッコリーサラダ ヨーグルト(バナナソース) 味噌汁 漬物	ごはん 鯖の生煮煮 ふかしじゃが もずく酢 味噌汁 漬物	ごはん 鶏のクワ焼き 煮物(絹揚げ) もやしの和え物 味噌汁 漬物	ごはん 豚と大根の利休煮 卵豆腐 白菜のお浸し 清汁 漬物	菜めし 絹揚げの焼き合わせ チンゲン菜の炒め物 洋なし缶 味噌汁	ごはん レモンチキン 卵の花 和え物(ほうれん草) 味噌汁 漬物	ごはん クリームシチュー はたけ菜の炒め物 マンゴー缶 漬物
朝	日	日	日	日	日	日	日
昼							
おやつ							
夕							