

献立表

期 間：2022/4/1～2022/4/30

		日	月	火	水	木	金	土
						1		2
朝食 昼食 夕食 3時	 						食パン りんごジャム 白菜サラダ 飲むヨーグルト バナナ	パンバイキング キャベツとコーンの炒め 牛乳 パン
		☆旬の魚：鯛☆ 赤飯 鯛の煮付 しろなの湯葉和え 味噌汁（南瓜）	米飯 鶏肉オイスターマヨ焼き ブロッコリーのピーナツ和え 味噌汁					
		米飯 豚肉の味噌漬け焼き 海藻サラダ 清汁（豆腐）	米飯 鯛の煮付け ほうれん草の和え物 清汁					
		田舎まんじゅう	チョコマフィン					
		3	4	5	6	7	8	9
朝食 昼食 夕食 3時		バターロール いちごジャム 野菜のコンソメ煮 ヨーグルト（ブルーベリー） 黄桃缶	クリームエスカルゴ 卵サラダ 飲むヨーグルト パイナップル	米飯 漬物（刻みたくあん） 千切り大根の煮物 味噌汁（しめじ） 牛乳	バターロール りんごジャム 南瓜サラダ 飲むヨーグルト オレンジ	米飯 漬物（ツボ漬け） 小松菜のカツオ和え 味噌汁（ナス） 牛乳	食パン いちごジャム マカロニサラダ 飲むヨーグルト 黄桃缶	鮭雑炊 チンゲン菜の煮浸し 牛乳 みかん缶
		米飯 鯛の照焼 菊菜ののり和え 清汁	米飯 豚肉の治部煮 和風サラダ 味噌汁	米飯 鯛の漬け焼き 小松菜の和え物 みそ汁	かつとじ丼 三度豆サラダ ヨーグルト 味噌汁	米飯 鯖の塩焼き おくら和え物 味噌汁	☆☆花まつり☆☆ まめごはん 鯛の竜田揚げ 薄紅花咲包みと筍の煮物 味噌汁	米飯 マスのネギ味噌焼き マカロニサラダ 清汁
		米飯 牛肉のしぐれ煮 オクラの辛し和え 味噌汁	米飯 鯛の野菜あんかけ カリフラワーの明太和え 清汁	米飯 鶏の味噌煮 ツナサラダ 清汁	米飯 ホキの香味焼き きゅうりのささみ和え みそ汁	米飯 豚肉と厚揚げ炒め ほうれん草の磯和え 清汁	米飯 肉団子の甘酢あんかけ ごま和え 中華スープ	米飯 牛肉とビーマンの炒め物 白菜の中華和え 味噌汁
		どら焼き	あんドーナツ	ムースエクレア	ブドウゼリー	野菜のカステラ	桜ゼリー	チョコブチシュー（2個）
		10	11	12	13	14	15	16
朝食 昼食 夕食 3時		バターロール はちみつ 大根サラダ ヨーグルト（キウイ） 白桃缶	クリームエスカルゴ カリフラワーのドレ和え 飲むヨーグルト パイナップル	米飯 漬物（桜漬け） 菜の花の煮浸し 味噌汁（ふ） 牛乳	バターロール はちみつ ハウレン草のソテー 飲むヨーグルト 白桃缶	米飯 漬物（しその実） 春菊と竹輪の煮浸し 味噌汁（玉葱） 牛乳	食パン りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト みかん缶	パンバイキング ポテトサラダ 牛乳 バナナ
		米飯 豚肉と南瓜の五目煮 カニシューマイ 味噌汁（豆腐）	米飯 鯛の漬け焼き 冷奴 味噌汁	ふりかけご飯 きつねうどん ちくわ磯辺揚げ 野菜ゼリー	桜ちらし寿司 カニクリームコロッケ 木の芽和え 清汁	米飯 ホキのパン粉焼き キャベツのドレ和え 味噌汁	米飯 チキンステーキ野菜あんかけ 拌三絲 中華スープ	米飯 煮込みハンバーグ カリフラワーサラダ コンソメスープ
		米飯 白身魚のかば焼き カリカリベーコンサラダ 味噌汁	米飯 鶏肉のから揚げ しろ菜のぬた和え 清汁	米飯 卵とはんぺんのふわふわ焼き もやしの酢の物 味噌汁	米飯 鯖の生姜煮 シロナのピリ辛和え 味噌汁	米飯 豚肉の生姜焼き 白菜のお浸し 味噌汁	米飯 マスのワイン蒸し 大豆サラダ 清汁	米飯 えび玉焼き イワシのかつお煮 中華スープ
		バームロール（2個）	よもぎまんじゅう	田舎まんじゅう	チョコワッフル	いちごプリン	りんごケーキ	酒まんじゅう
		17	18	19	20	21	22	23
朝食 昼食 夕食 3時		バターロール いちごジャム インゲンマヨ和え ヨーグルト（ブルーベリー） 黄桃缶	クリームエスカルゴ ほうれん草のサラダ 飲むヨーグルト パイナップル	米飯 漬物（赤かっぱ） キャベツの煮浸し 味噌汁（揚げ） 牛乳	バターロール りんごジャム オムレツ 飲むヨーグルト パイナップル	米飯 漬物（刻みたくあん） おくら和え物 味噌汁（渦巻麩） 牛乳	食パン いちごジャム じゃが芋のクリーム煮 飲むヨーグルト 黄桃缶	かに雑炊 しろ菜の胡麻和え 牛乳 みかん缶
		米飯 鯛のマリネ ほうれん草のピリ辛肉味噌和え 味噌汁	ハヤシライス ミックスサラダ パイナップル 福神漬	米飯 タラのカレーチーズ焼き もやしの胡麻ドレ和え 味噌汁	米飯 とんつけ焼き風 ポテトサラダ 味噌汁	米飯 マスの照り煮 白菜の生姜和え 味噌汁	☆☆郷土料理・石川・富山☆☆ 米飯 高岡大仏コロッケ 野菜サラダ 味噌汁	米飯 鯛の磯焼き 春雨サラダ 清汁
		米飯 鶏肉の西京味噌煮 菜の花の塩昆布和え 清汁（とろろ）	米飯 焼き鯖の煮付け 春菊のポン酢和え 清汁	米飯 干草蒸し ごぼうのきんぴら 清汁	米飯 ホキのゆかり揚げ しろ菜の和え物 清汁	米飯 鶏肉のごま焼き なめたけおろし 味噌汁（南瓜）	米飯 シルバーの卵マヨ焼き チンゲン菜のお浸し 清汁	米飯 鶏肉のポテト焼き ほうれん草のピーナツ和え 味噌汁
		バームクーヘン	ソフトクレープ（チョコ）	桜のロールケーキ	カスタードブチケーキ	抹茶プリン	かたどワッフル	あんずケーキ
		24	25	26	27	28	29	30
朝食 昼食 夕食 3時		バターロール はちみつ 大根サラダ ヨーグルト（いちご） 白桃缶	クリームエスカルゴ 小松菜サラダ 飲むヨーグルト オレンジ	米飯 漬物（しその実漬） 大根の煮物 味噌汁（エノキ） 牛乳	バターロール はちみつ 菜の花の和え物 飲むヨーグルト 白桃缶	米飯 漬物（青かっぱ） チンゲン菜の煮浸し 味噌汁（キャベツ） 牛乳	食パン りんごジャム 白菜サラダ 飲むヨーグルト バナナ	卵雑炊 ほうれん草とコーンの炒め 牛乳 パン
		米飯 豚肉とこんにゃくのみそ煮 きゅうりとかまの酢の物 清汁（豆腐）	米飯 ブリの山椒焼き ゆかり和え 清汁	米飯 ビーフシチュー 野菜サラダ イチゴムース	米飯 蒸し餃子 青梗菜とツナの和え物 中華スープ	米飯 白身魚のフライ くるみ和え 味噌汁	米飯 豚肉の味噌炒め はくさい香味和え 清汁	ふりかけご飯 チャンポン 春巻 春菊のごまあえ
		米飯 鮭のマヨネーズ焼き 小松菜しょう油和え 清汁	米飯 チキン南蛮 ナムル 味噌汁	米飯 鯖の味噌煮 だし巻き卵 清汁	米飯 豚肉の生姜炒め ブロッコリーサラダ 味噌汁（はくさい）	米飯 焼き鳥風 しろ菜のおかか和え 味噌汁（ふ）	米飯 豆腐ハンバーグ からし和え 味噌汁	米飯 サワラの煮付け 春雨の中華和え 味噌汁（ごぼう）
		長崎カステラ	プリン	紅茶ケーキ	鯛まんじゅう	ワッフルスティック	ソフトクレープ（バナナ）	ヨーグルトバナナア