

期 間:2024/4/1~2024/4/30

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
朝食		クリームエスカルゴ 青梗菜のごまあえ 飲むヨーグルト れんげ	米飯 漬物(しその実漬) 大根の煮物 味噌汁 牛乳	バターロール りんごジャム ポテトサラダ 飲むヨーグルト れんげ	米飯 漬物(ツボ漬け) 切干大根煮 味噌汁 牛乳	食パン いちごジャム ごぼうサラダ 飲むヨーグルト マンゴー缶	パンバイキング スパゲッティサラダ 牛乳 パン
昼食		☆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 コンソメスープ	☆健康米:発芽玄米☆ 発芽玄米 鮭のなかおちカツ 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 白身魚のピカタ チンゲン菜の中華和え みそ汁	野菜カレー ニラ豚 三度豆サラダ
夕食		米飯 豚肉の味噌漬け焼き 海藻サラダ 清汁	米飯 鱈の煮付け ほうれん草の和え物 味噌汁(ふ)	米飯 牛肉のしぐれ煮 おくらとエノキの和え物 味噌汁	米飯 鯆のかば焼き カリフラワーの明太和え 清汁	米飯 鶏肉の鍋照り ツナサラダ 清汁	米飯 ホキの香味焼き もやしの香味和え みそ汁
3時		バタークッキー	プチいちごケーキ	黒糖まんじゅう	ヨーグルトババロア	ドーナツ	抹茶カステラ
	7	8	9	10	11	12	13
朝食	バターロール はちみつ 白菜のおかか和え 飲むヨーグルト ミックスフルーツ缶	クリームエスカルゴ 春雨サラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(桜漬け) 煮豆(大豆昆布) 味噌汁(ふ) 牛乳	バターロール いちごジャム 切干大根煮 飲むヨーグルト マンゴー缶	米飯 漬物(ツボ漬け) インゲンのピーナツ和え 味噌汁 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	卵雑炊 ほうれん草の煮浸し 牛乳 バナナ
昼食	米飯 鯖の塩焼き 菜の花の和え物 味噌汁	*春の祝膳* 炊き込みごぼう御飯 白身魚の木の芽焼 きゃべつのごま浸し 味噌汁	米飯 白身魚のネギ味噌焼き マカロニサラダ 清汁	米飯 豚肉と南瓜の五目煮 カニシュウマイ 味噌汁	ハヤシライス ブロッコリーとコンのバター炒め フルーツヨーグルト	*郷土料理*大分 ふりかけごはん ごまだしうどん がめ煮 リンゴ缶	米飯 チキンチャップ 温野菜サラダ コンソメスープ(オクラ)
夕食	米飯 豚肉と厚揚げ炒め ほうれん草の磯和え 味噌汁	米飯 えび玉焼き きゅうりのささみ和え 清汁	米飯 牛肉とピーマンの炒め物 白菜の中華和え 味噌汁	米飯 鯛のかばやき カリカリベーコンサラダ 味噌汁	米飯 スンドゥブ鍋風 拌三絲 わかめスープ	米飯 鯖の西京焼 小松菜のお浸し 清汁	米飯 鱈の和風ムニエル ツナ和え 味噌汁
3時	栗まんじゅう	バナナムース	野菜カステラ	チョコババロア	☆おやつセレクション☆	おかしなバナナ	プチシュークリーム
	14	15	16	17	18	19	20
朝食	バターロール いちごジャム マカロニサラダ 飲むヨーグルト オレンジ	クリームエスカルゴ カリフラワーのサラダ 飲むヨーグルト パン	米飯 漬物(赤かっぱ) 菜の花の煮浸し 味噌汁(揚げ) 牛乳	バターロール りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(刻みたくあん) 青梗菜の和え物 味噌汁 牛乳	食パン いちごジャム クリーミーポテト 飲むヨーグルト 洋ナシ缶	パンバイキング しろ菜の柚子和え 牛乳 バナナ
昼食	米飯 白身魚のパン粉焼き 大根サラダ 味噌汁	米飯 豚じゃが 韓国風ナムル 野菜スープ	米飯 白身魚の漬け焼き 白菜と竹輪の酢の物 味噌汁	米飯 豚肉の生姜焼き 小松菜の錦糸和え 味噌汁	散らし寿司 菜の花の和え物 黄桃缶 赤だし	米飯 白身魚のピザ風 カリフラワーの胡麻ドレ和え 味噌汁	*郷土料理*大分 米飯 中津のから揚げ てんちょうの煮付け のっぺ汁
夕食	米飯 田舎煮 しろ菜のお浸し 味噌汁	米飯 魚のソテーホワイトソース ピーンズサラダ ほうれん草とかにのスー	米飯 鶏のケチャップ煮 さつま芋サラダ 中華スープ	米飯 白身魚のピカタ ほうれん草のピリ辛肉味噌和え コンソメスープ(オクラ)	米飯 鯖の焼き浸し 春菊のポン酢和え 清汁	米飯 千草蒸し ごぼうのきんぴら 味噌汁	米飯 鱈の幽庵焼 もやしの酢の物 味噌汁
3時	バームクーヘン	長崎カステラ	うす皮饅頭	プリン	チョコクッキー	もみじ饅頭	レモンケーキ
	21	22	23	24	25	26	27
朝食	バターロール はちみつ 玉葱サラダ 飲むヨーグルト みかん缶	クリームエスカルゴ しろ菜のサラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(しその実漬) ひじきの煮物 味噌汁 牛乳	バターロール はちみつ チンゲン菜の煮浸し 飲むヨーグルト ミカン缶	米飯 漬物(青かっぱ) オクラの和え物 味噌汁 牛乳	食パン りんごジャム 小松菜のドレ和え 飲むヨーグルト バナナ	かに雑炊 春雨サラダ 牛乳 ミックスフルーツ缶
昼食	米飯 白身魚のマヨネーズ焼き きゅうりとかかの酢の物 かき玉汁	米飯 鯛の磯焼き わかめとかかの酢の物 味噌汁	*ハト麦* ハト麦御飯 豚肉とキャベツの塩炒め 白菜のしその実和え かきたま汁	*郷土料理*大分 ふりかけごはん(半量) 日田焼きそば風 煮ぐい とろろ落としのお汁	米飯 けんちん煮 マカロニサラダ 味噌汁	米飯 鯆の塩麹焼き 青梗菜のマヨ和え 味噌汁	米飯 クリームシチュー メンチカツ ひじきと枝豆のサラダ
夕食	米飯 豚肉とこんにゃくのみそ煮 小松菜しょう油和え 清汁	米飯 鶏肉のポテト焼き 小松菜のお浸し みそ汁	米飯 焼き鯖の南蛮漬け しらす和え 粕汁	米飯 豆腐ハンバーグきのこソース 春雨のサラダ みそ汁	米飯 白身魚のゆかり揚げ しろ菜の和え物 清汁	米飯 鶏つくね焼 梅だれかけ 白菜の土佐和え わかめスープ	米飯 豚肉の生姜炒め ブロッコリーサラダ 味噌汁
3時	メープルプチケーキ	鯛まんじゅう	イチゴムース	紅茶ケーキ	チョコドーナツ	どら焼き	黒糖ケーキ
	28	29	30				
朝食	バターロール いちごジャム 野菜のコンソメ煮 飲むヨーグルト マンゴー缶	クリームエスカルゴ ポテトサラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(刻みたくあん) 千切り大根の煮物 味噌汁 牛乳				
昼食	米飯 白身魚のフライ インゲンのくるみ和え 味噌汁	他人丼 香味和え 味噌汁	米飯 和風おろしハンバーグ 菜の花の和え物 味噌汁				
夕食	米飯 焼き鳥風 カリフラワーのからし和え 味噌汁	米飯 鯆の磯辺焼き 煮奴 味噌汁	米飯 豚肉のしぐれ煮 小松菜の和え物 すまし汁				
3時	抹茶バームクーヘン	きなこ餅煎餅	ももゼリー				