

献立表

4月

	日	月	火	水	木	金	土
	15	16	17	18	19	20	21
朝食	米飯200g 味噌汁 焼き魚 そば炒め 味付海苔 牛乳	米飯200g 味噌汁 ミートボール 菜の花の辛子和え ふりかけ 牛乳	米飯200g 味噌汁 うま煮 EHAのお浸し 梅干し 牛乳	米飯200g 味噌汁 厚焼き玉子 チキン二色巻き ふりかけ 牛乳	米飯200g 味噌汁 ウイ西京焼き 肉団子煮 味付海苔 牛乳	米飯200g 味噌汁 さつま煮 白菜磯和え ふりかけ 牛乳	米飯200g 味噌汁 ウイナーソーテー 温泉卵 お浸し 牛乳
昼食	チキンライス コンソメ煮 盛り合わせサラダ 果物	炊き込みごはん 味噌汁 さんまの塩焼き 卵豆腐あんかけ 果物缶	鶏そば丼 味噌汁 海老茶巾の揚げ出し フルーツグルト	菜飯御飯 すまし汁 サバの味噌煮 焼きなす 大根梅かけ 果物	にゅうめん 野菜かき揚げ 豆腐そばあん 果物	ポークカレー コンソメスープ マカロニサラダ 果物	米飯200g 味噌汁 カレイの甘酢あんかけ ビーフンソーテー おさつサラダ 果物
夕食	米飯200g 味噌汁 八宝菜 焼き餃子 春雨ごま酢和え ジュース	米飯200g コンソメスープ 鶏照りマヨ焼き スペイン風オムレツ 大根サラダ 乳酸菌飲料	米飯200g 味噌汁 サワラの照り焼き 豆腐ハンバーグ ごぼうサラダ ゼリー	米飯200g 味噌汁 チキンカツ 南瓜の煮物 酢の物 ジュース	米飯200g 味噌汁 豚肉味噌焼き あぶ玉煮 ピーナツ和え ジュース	米飯200g 味噌汁 鶏肉焼肉たれ焼き 白身フライ 小松菜ごま和え ヨーグルト	米飯200g 味噌汁 煮込みハンバーグ ジャマソムレツ 大根サラダ ジュース
3時	スイートポテト	ババロア	タルト	さつま芋ケーキ	黒ゴマプリン	アップルパイ	コーヒゼリー