

# 献立予定表

平成27年 4月

		1日 (水)	2日 (木) お花見メニュー	3日 (金)	4日 (土)
		ご飯	五目炊込みご飯	ご飯	ご飯
		鶏肉クリーム煮	すずき山椒焼	揚げだし豆腐 野菜あんかけ	他人煮
		揚げ半、大根煮	花しんじょうと野菜の煮物	じゃがいもそぼろ煮	大根かにかんかけ
		長芋めんたいあえ	ひじき白和え	冬瓜、枝豆煮	根菜煮
		玉子焼	かに、きゅうり酢物	ほうれん草青じそあえ	カリフラワーカレー炒め
		豆腐の味噌汁	赤だし(花麩、わかめ)	白菜の味噌汁	青菜、わかめの味噌汁
		ぶどう	いちごゼリー	りんご缶	デザートアロエ
		526kcal, 塩分 3.3g	522kcal, 塩分 4.7g	521kcal, 塩分 2.5g	527kcal, 塩分 2.6g
6日 (月)	7日 (火)	8日 (水)	9日 (木)	10日 (金)	11日 (土)
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
黄金カレイ煮つけ	牛肉すきやき煮	あじ蒲焼	さわら西京焼	ポテトコロッケ	中華風うま煮
ミニハンバーグ	えび団子、チンゲン菜煮	茄子そぼろ煮	じゃがいも、にんじん煮	大豆のトマト煮	かぼちゃ煮
白菜、信田煮	細切り昆布煮	フルーツなます	玉子サラダ	若竹煮	金平ごぼう
菜の花からしあえ	春菊わさびあえ	山芋梅あえ	ほうれん草ごまあえ	ブロッコリーピーナッツあえ	アスパラサラダ
大根の味噌汁	もやしの味噌汁	赤だし(なめこ、わかめ)	豆腐の味噌汁	キャベツの味噌汁	えのきの味噌汁
杏仁豆腐	みかん	西洋ナシ	ぶどう	キウイフルーツ	紫の野菜ゼリー
491kcal, 塩分 2.9g	574kcal, 塩分 3.4g	502kcal, 塩分 2.4g	551kcal, 塩分 2.6g	492kcal, 塩分 2.7g	521kcal, 塩分 2.7g
13日 (月)	14日 (火)	15日 (水)	16日 (木)	17日 (金)	18日 (土)
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
鶏肉、野菜チリソース炒め	鯖みそ煮	ベーコンと野菜トマト煮	かぼちゃコロッケ	豚しゃぶ ゴマソース	鶏肉唐揚 甘酢あんかけ
玉子しんじょう煮	野菜とちくわ炒め	プチグラタン	いか団子とチンゲン菜酢みそ	いわし団子と白菜煮	ミニオムレツ
小松菜、油揚げ煮	たけのこ土佐煮	大根金平	わらび煮	マカロニサラダ	きゅうり梅みそあえ
うずら豆煮	しらすの酢物	ほうれん草錦糸あえ	キャベツ、カニ、コーンサラダ	菜の花おひたし	ポテトサラダ
えのきの味噌汁	豆腐の味噌汁	キャベツの味噌汁	大根の味噌汁	赤だし(豆腐、わかめ)	大根の味噌汁
りんご缶	デザートアロエ	黄桃	杏仁豆腐	ハネジュー	白桃
575kcal, 塩分 2.4g	534kcal, 塩分 3.0g	546kcal, 塩分 3.8g	529kcal, 塩分 2.8g	510kcal, 塩分 3.1g	593kcal, 塩分 3.2g

20日（月）	21日（火）	22日（水）	23日（木）	24日（金）	25日（土）
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
ビーフシチュー	まぐろカツ	豆腐ステーキ 大根おろし	カレイ照焼	肉団子みそ煮	麻婆茄子
白はんぺんとチンゲン菜煮	大根肉みそかけ	たけのこ、しめじ煮	肉じゃが	切干しとツナ炒め	生揚げおろし煮
糸こんに、しめじ炒り煮	里芋煮	ブロッコリーサラダ	ひじきサラダ	小松菜青じそあえ	菜の花ごまあえ
きゅうり、わかめ酢物	ほうれん草おひたし	うの花炒り煮	いんげんピーナッツあえ	シーフード、トマトサラダ	ごぼうサラダ
キャベツの味噌汁	豆腐の味噌汁	里芋の味噌汁	赤だし(えのき、わかめ)	ワカメと麩の吸物	しめじの味噌汁
ハネジュー	西洋ナシ	りんご缶	キウイフルーツ	みかん缶	ぶどう
513kcal, 塩分 3.2g	564kcal, 塩分 2.3g	507kcal, 塩分 2.2g	524kcal, 塩分 3.0g	542kcal, 塩分 3.1g	555kcal, 塩分 2.9g
27日（月）	28日（火）	29日（水）	30日（木）		
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯		
エビフライ	海鮮えび餃子	ぶり照焼	鶏肉照り煮		
炒り鶏	高野豆腐炊合せ	山芋短冊揚げ	里芋、茄子甘みそかけ		
焼き茄子	もずく酢	こんにやく関東煮	白菜、油揚げ煮		
菜の花煮びたし	春菊からしあえ	チンゲン菜塩こぶあえ	昆布豆		
豆腐の味噌汁	えのきの味噌汁	しめじの味噌汁	キャベツの味噌汁		
甘夏	キウイフルーツ	黄桃	ハネジュー		
574kcal, 塩分 2.4g	519kcal, 塩分 3.4 g	572kcal, 塩分 2.6g	571kcal, 塩分 3.3g		

\* メニューが変わることがありましたら、ご了承の程、よろしくお願い致します。

\* メニューが変わることがありましたら、ご了承の程、よろしくお願い致します。