４月献立表

		1日（月）	2日（火）	3日（水）	4日（木）	5日（金）	6日（土）
朝食		ごはん お味噌汁 鶏と南瓜の煮物 ほうれん草ナムル	ごはん ポトフ いんげんとコーンのカレー炒め ふりかけ	ごはん お味噌汁 オムレツ＆ウインナー ヘルシーサラダ ふりかけ	ごはん お味噌汁 豆腐とカニカマの塩炒め オクラの磯和え	ごはん お味噌汁 はんぺんの玉子とじ あさりとチンゲン菜の炒め物	ごはん お味噌汁 ハムステーキ 春菊のお浸し
昼食		ごはん トマトコンソメスープ ポークソテー　ｼｬﾘｱﾋﾟﾝｿｰｽ 水菜とカニカマのサラダ フルーツ	筍ご飯 すまし汁 魚のわかめ焼き ふろふき大根 フルーツ	ごはん お味噌汁 和牛メンチカツ 里芋サラダ フルーツ	ごはん いろいろ野菜のコンソメスープ 魚のトマト煮 菜の花のベーコンソテー フルーツ	焼きうどん お味噌汁 小松菜なめたけ和え フルーツ	天丼 赤だし オクラとなめこのおかか和え フルーツ
夕食		ごはん お味噌汁 魚の塩麹焼き 茄子と厚揚げの炊き合わせ	ごはん すまし汁 豚肉の野菜炒め あんかけ豆腐	ごはん お味噌汁 魚の煮付け 鶏肉と根菜の黒酢あん	ごはん お味噌汁 牛肉の柚子胡椒焼き キャベツと塩麹のサラダ	ごはん けんちん汁 魚の西京焼き 茄子の煮びたし	ごはん 生姜入玉子スープ ホイコーロー もやしの酢の物

	7日（日）	8日（月）	9日（火）	10日（水）	11日（木）	12日（金）	13日（土）
朝食	ごはん お味噌汁 ロールキャベツ パンプキンサラダ ふりかけ	ごはん お味噌汁 魚の塩焼き いんげん紫蘇マヨ和え	ごはん お味噌汁 南瓜のミートソース焼き ほうれん草とカニカマのソテー ふりかけ	ごはん お味噌汁 野菜入スクランブルエッグ 豆と豆乳のサラダ ふりかけ	ごはん お味噌汁 ベーコンと茄子のトマト煮 白菜のツナ炒め	ごはん お味噌汁 はんぺんの卵炒め 大根葉のじゃこ炒め	ごはん お味噌汁 肉団子と青梗菜の煮込み 竹輪の金平
昼食	ごはん お味噌汁 鶏肉の生姜焼き さつま揚げと根菜の合わせ煮 フルーツ	山菜いなり寿司 すまし汁 筑前煮 筍の木の芽味噌田楽 いちごムース	ごはん コンソメスープ 魚のパン粉焼き 春の温野菜サラダ フルーツ	ハヤシライス コンソメスープ グリーンサラダ フルーツ	ごはん わかめスープ 黒酢酢豚 胡瓜と木耳の中華和え フルーツ	ごはん ポタージュスープ 魚のムニエル　バター醤油ソース 茄子のマリネ フルーツ	ごはん お味噌汁 鶏と茄子のさっぱり漬け 人参シリシリ フルーツ
夕食	ごはん すまし汁 魚の粕漬け焼き 姫皮竹の子と野沢菜のお浸し	ごはん 中華風コーンスープ ブルコギ風炒め 冷奴	ごはん お味噌汁 豚しゃぶ 薩摩芋の甘辛煮	ごはん 豚汁 魚の塩焼き 菜の花のお浸し	ごはん お味噌汁 牛肉のしぐれ煮 春菊の和風サラダ	ごはん お味噌汁 豚肉の野菜炒め 高野豆腐の含め煮	ごはん すまし汁 魚の辛子ネーズ焼き ブロッコリーとキャベツの旨煮

	14日（日）	15日（月）	16日（火）	17日（水）	18日（木）	19日（金）	20日（土）
朝食	ごはん お味噌汁 目玉焼き＆ハム アスパラのツナサラダ ふりかけ	ごはん お味噌汁 南瓜のホワイトカレー煮 ブロッコリーの明太和え	ごはん お味噌汁 いんげんとウインナーの炒め物 チンゲン菜とはんぺんの煮物	ごはん ポトフ アスパラのピーナツ和え ふりかけ	雑炊 ヨーグルト えびしんじょうの煮物 いんげんとじゃこの炒め物	ごはん お味噌汁 じゃが芋のミートソース焼き ピーマンとツナの塩炒め	ごはん お味噌汁 魚の塩焼き 筍と蕗の塩炒め
昼食	ごはん すまし汁 魚の味噌煮 野菜のはんなり和え フルーツ	ごはん かきたま汁 味噌かつ そら豆と豆苗の胡麻和え フルーツ	穴子散らし寿司 薩摩汁 若竹煮 フルーツ	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 青菜と昆布のおひたし フルーツ	ごはん お味噌汁 魚の竜田揚げ 小松菜とさつま揚げの煮物 フルーツ	ちゃんぽん 焼売 切干大根のナムル フルーツ	ごはん お味噌汁 とり天 ブロッコリーのお浸し フルーツ
夕食	ごはん お味噌汁 和風ハンバーグ 鶏肉と根菜の黒酢あん	ごはん お味噌汁 焼き魚 里芋と豚肉の炒め煮	ごはん オニオンスープ 鶏のトマトクリーム煮 マセドアンサラダ	ごはん お味噌汁 魚の照り焼き さつま揚げと根菜の合わせ煮	ごはん お味噌汁 鶏と大根の煮物 春雨とかにかまのサラダ	ごはん お味噌汁 魚の煮付け 南瓜と油揚げの煮物	ごはん お味噌汁 豚肉のケチャップ炒め ひじきとツナの炒り煮

	21日（日）	22日（月）	23日（火）	24日（水）	25日（木）	26日（金）	27日（土）
朝食	ごはん お味噌汁 野菜入スクランブルエッグ スパゲティサラダ ふりかけ	ごはん お味噌汁 鶏つくねの照り焼き 南瓜としめじの炒め物	ごはん お味噌汁 薩摩揚とグリンピースの玉子とじ ほうれん草のおかか和え	ごはん お味噌汁 目玉焼き＆ベーコン パンプキンサラダ ふりかけ	ごはん お味噌汁 茄子と挽肉のチーズ焼き 白菜のレモン和え ふりかけ	ごはん お味噌汁 ハムステーキ 里芋のゴマ煮	ごはん お味噌汁 魚のみぞれ煮 チンゲン菜の磯和え
昼食	チキンカレー 野菜スープ キャベツとツナのサラダ らっきょうと福神漬け フルーツヨーグルト	ごはん コンソメスープ 魚のポテサラ焼き ほうれん草のベーコンソテー フルーツ	ごはん コーンクリームスープ チーズハンバーグ ラタトゥイユ フルーツ	ごはん きのこのスープ サーモンフライ 青菜鶏そぼろ煮 フルーツ	山菜蕎麦 厚揚げの海老あんかけ オクラの中華和え フルーツ	ごはん お味噌汁 魚の南蛮漬け 筍のバター醤油焼き フルーツ	レタスチャーハン 中華スープ 大根の中華あんかけ フルーツ
夕食	ごはん お味噌汁 魚の山椒焼 姫皮竹の子と野沢菜のお浸し	ごはん お味噌汁 すき焼き風 オクラとろろ	ごはん お味噌汁 豚バラ大根炒め がんもとふきの煮物	ごはん お味噌汁 肉じゃが 小松菜の焼き浸し	ごはん お味噌汁 鶏の塩焼き　梅肉ソース 金平大根	ごはん お味噌汁 牛肉のピリ辛炒め 卯の花	ごはん つみれ鍋 さつま揚げと玉葱の炒め物 菜の花の辛し和え

	28日（日）	29日（月）	30日（火）
朝食	ごはん お味噌汁 和風ロールキャベツ 里芋サラダ ふりかけ	ごはん お味噌汁 ウインナーと野菜の炒め物 ブロッコリーナムル	ごはん お味噌汁 チーズスクランブルエッグ 胡瓜とツナの胡麻ドレ和え ふりかけ
昼食	ごはん すまし汁 焼き魚 揚げ茄子の味噌炒め フルーツ	ごはん すまし汁 鶏ちゃん焼き 空也蒸し フルーツ	ごはん お味噌汁 魚の抹茶マヨ焼き 南瓜と油揚げの煮物 フルーツ
夕食	ごはん お味噌汁 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ	ごはん お味噌汁 魚の酒蒸し 青梗菜とさつま揚げの炒め物	ごはん お味噌汁 鶏の治部煮 オクラとカニカマの柚子胡椒和え

食材の仕入れ状況により、
メニューが変更になる場合が
ございますのでご了承ください。
魚料理について、
ごく稀に骨が残っている場合がございます。
お召し上がりの際は
ご注意いただきますようお願い致します。