

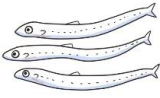
今週のメニュー

平成31年 4月分

日	曜日	朝食	夕食	備 考
4/1	月	- 豚の生姜焼き - かぶの浅漬け - 味噌汁 - ごはん - ヨーグルト	- 天ぶらの盛り合わせ - 茶碗蒸し - 菜の花の辛子和え - すまし汁 - 赤飯 	
4/2	火	- チリホットドック - アスパラの玉子炒め - 南瓜サラダ - コンソメスープ - フルーツ	- 豚肉と青梗菜の豆板醤炒め ※しょうゆ豆 - 焼きエリンギのおろし和え - 味噌汁 - ごはん	※香川県の郷土料理。煎った空豆をしょうゆ等の調味液に漬け込んだ料理。
4/3	水	- ししゃもの焼き南蛮漬け - じゃがいもの旨煮 - 焼きのり - 味噌汁 - ごはん	- タンドリーチキン - 人参グラッセ - コンビサラダ - 豆乳スープ - ごはん	
4/4	木	- アボカド納豆丼 - 豚肉とごぼうのしぐれ煮 - ほうれん草のしらす和え - 味噌汁 - ごはん	- まぐろの黒ごま焼き - セロリと油揚げの煮浸し - わかめときゅうりの酢の物 - 味噌汁 - ごはん	
4/5	金	- 牛肉ともやしのチンジャオ風 - ネギ入り玉子焼き - 漬物 - 味噌汁 - ごはん	- 春キャベツとベーコンのパスタ - 豆腐とトマトのグラタン - レタスサラダ - オニオンスープ - フランスパン	

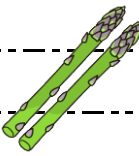
今週のメニュー

平成31年 4月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
4/8	月	・チャーシューエッグ ・小松菜とツナのスープ煮 ・コールスローサラダ ・味噌汁 ・ごはん	・鶏ステーキ ゆずポンソース ・五目煮 ・ほうれん草のお浸し ・味噌汁 ・ごはん	
4/9	火	・鮭入り焼うどん ・はんぺんの大葉味噌焼き ・セロリの浅漬け ・玉子スープ ・おにぎり	・ビーフカレー ・オニオンリング ・海藻サラダ ・コンソメスープ	
4/10	水	・エリンギとねぎのそぼろ炒め ・れんこんのおかか煮 ・めかぶ納豆 ・味噌汁 ・ごはん	・イカチリ ・ニラ饅頭 ・チョレギサラダ ・中華スープ ・ごはん	
4/11	木	・チーズ入りスクランブルエッグ ・温野菜サラダ ・コーンスープ ・しらすマヨトースト  ・ヨーグルト	・手作りがんもどき ・鶏肝の生姜煮 ・菜の花の辛子酢味噌和え ・若竹汁 ・豆ごはん	
4/12	金	・鶏出汁茶漬け ・さつま揚げといんげんの金平 ・漬物 ・フルーツ	・カレイのハーブ焼き ・大根の洋風コンソメ煮 ・マカロニサラダ ・トマトスープ ・ごはん	

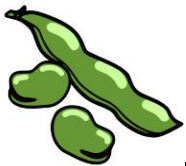
今週のメニュー

平成31年 4月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
4/15	月	・アスパラベーコン巻	・鶏とカシューナッツ炒め	
		・豆苗と蒸し鶏のサラダ	・高菜の豆腐和え	
		・ミネストローネ	・ニラのお浸し	
		・ロールパン	・中華スープ	
		・ヨーグルト 	・ごはん	
4/16	火	・和風きのこオムレツ	・赤魚の唐揚げおろしソース	
		・スナップエンドウの胡麻マヨ和え	・ミニお好み焼き	
		・フルーツ	・もやしとわかめの和え物	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
4/17	水	・鶏とねぎのつけそば	・煮込みハンバーグ	
		・キャベツと桜えびの塩炒め	・かぶとハムのマリネ	
		・ひじきサラダ	・野菜サラダ	
		・天かすごはん	・オニオンスープ	
			・ごはん	
4/18	木	・いわしの丸干し	・牛肉と玉ねぎの炒め物	
		・昆布と人参の煮物	・しいたけ肉詰めフライ	
		・ブロッコリーのおかか和え	・茹で空豆	
		・味噌汁	・しじみの味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
4/19	金	・厚揚げとじゃがいもの煮物	・蒸し魚の香味油風味(白身魚)	
		・シューマイ	・こんにゃくステーキ	
		・漬物	・ほうれん草のナムル	
		・味噌汁	・ザーサイスープ	
		・ごはん	・ごはん	

今週のメニュー

平成31年 4月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
4/22	月	・鶏の照り煮 ・かぶのゆかり和え ・もずく酢 ・味噌汁 ・ごはん	・鯖のカレーチーズ焼き ・玉ねぎのコンソメ煮 ・パスタサラダ ・コーンスープ ・ごはん	
4/23	火	・しめじと玉子のフォー ・牛肉コロッケ ・きゅうりの塩昆布和え ・混ぜごはん ・フルーツ	・豚バラの角煮 ・セロリのごま油炒め ・タコのみぞれ和え ・味噌汁 ・ごはん	
4/24	水	・鰯の蒲焼丼 ・ごぼうの味噌煮 ・ブロッコリーサラダ ・漬物 ・すまし汁	・揚げ鶏のオーロラソース和え ・空豆とベーコンのペペロンチーノ ・グリーンサラダ ・コンソメスープ ・ごはん	
4/25	木	・肉団子 ・炒り豆腐 ・ほうれん草の磯和え ・味噌汁 ・ごはん	・銀だらの西京焼き ・筍の含め煮 ・にらとえのきのお浸し ・すまし汁 ・ごはん	
4/26	金	・アボカド玉子サンド ・青菜とウインナーのソテー ・レタススープ ・ヨーグルト	・皿うどん ・豆腐のザーサイのせ ・チャーハン ・フルーツポンチ	

今週のメニュー

2019年 4月～ 5月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
4/29	月	・厚揚げのねぎ味噌焼き ・れんこんの胡麻和え ・佃煮 ・すまし汁 ・ごはん	・回鍋肉 ・ささみと大葉の春巻 ・キムチ ・中華スープ ・ごはん 	
4/30	火	・梅わかめきしめん ・玉子入り巾着煮 ・いんげんとカニカマの和え物 ・おにぎり	・さわらの山椒煮 ・しらたきと人参の明太炒め ・スナップエンドウのサラダ ・味噌汁 ・ごはん	
5/1	水	・ツナとキャベツのソテー ・クラムチャウダー ・シュガートースト ・フルーツ	・鶏のにんにく生姜焼き ・かぶのそぼろ炒め ・春菊の白和え ・味噌汁 ・ごはん	
5/2	木	・豚肉巻 ・青菜としめじのお浸し ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん	・鱈の唐揚げ 甘酢あん ・麻婆春雨 ・豆苗の中華サラダ ・中華風コーンスープ ・ごはん	
5/3	金	・玉子とトマトの炒め物 ・南瓜の煮物 ・冷奴 ・味噌汁 ・ごはん	・ビーフシチュー ・野菜のフリッター ・ポテトサラダ ・ごはん ・コーヒゼリー	