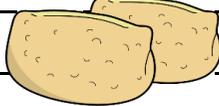


今週のメニュー

令和2年 4月分

| 日 | 曜日 | 朝食 | 夕食 | 備考 |
|------|----|--|--|---------------------------|
| 4/6 | 月 | <ul style="list-style-type: none"> 目玉焼き  ジャーマンポテト レタスとコーンのサラダ 味噌汁 ごはん | <ul style="list-style-type: none"> ☆桜いなり寿司 ※鶏肉の二色唐揚げ 青菜のお浸し 小かけそば  フルーツ | ※塩ベースで青のりとゆかりを使用して唐揚げにする。 |
| 4/7 | 火 | <ul style="list-style-type: none"> ホットドッグ  チーズ入リスクランブル ブロッコリーサラダ 豆乳スープ ヨーグルト | <ul style="list-style-type: none"> 豚肉の味噌漬け焼き 大根とこんにゃくの煮物 イカと胡瓜の酢の物 味噌汁 ごはん | |
| 4/8 | 水 | <ul style="list-style-type: none"> 赤魚の煮付 肉入り野菜炒め 漬物 味噌汁 ごはん | <ul style="list-style-type: none"> 揚げ鶏のチリソース きくらげと卵の炒め 豆苗とカニカマの和え物 中華スープ ごはん | |
| 4/9 | 木 | <ul style="list-style-type: none"> エビと豆腐の旨煮 もやしのカレー炒め 納豆 味噌汁 ごはん | <ul style="list-style-type: none"> ロールキャベツ はんぺんチーズフライ トマトサラダ コンソメスープ  ごはん | |
| 4/10 | 金 | <ul style="list-style-type: none"> かき揚げ丼 小松菜のおろし和え 冷奴 漬物 味噌汁 | <ul style="list-style-type: none"> 鮭の味噌マヨ焼き 焼きビーフン 大根サラダ 味噌汁 ごはん | |

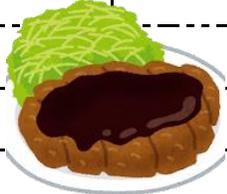
今週のメニュー

令和2年 4月分

| 日 | 曜日 | 朝食 | 夕食 | 備考 |
|------|----|--|---|---------------------------------------|
| 4/13 | 月 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 照り焼きチキンサンド ・ オムレツ ・ きのこのマリネサラダ ・ コンソメスープ ・ ヨーグルト  | <ul style="list-style-type: none"> ・ 豚肉とピーマンの味噌炒め ・ 厚揚げの煮物 ・ 海藻サラダ ・ すまし汁 ・ ごはん | |
| 4/14 | 火 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 豆腐と豚肉のチャンプルー ・ 大根のそぼろ煮 ・ 焼き海苔 ・ 味噌汁 ・ ごはん | <ul style="list-style-type: none"> ・ サーモンフライ ・ たけのこの土佐煮 ・ タラモサラダ ・ 味噌汁 ・ ごはん | |
| 4/15 | 水 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 鶏手羽と新じゃがの煮物 ・ 小松菜とさつま揚げのソース炒め ・ 長芋の梅和え ・ 味噌汁 ・ ごはん | <ul style="list-style-type: none"> ・ ※タコライス ・ アスパラの肉巻きフライ ・ にんじんしりしり ・ オニオンスープ ・ フルーツ  | ※メキシコ風アメリカ料理のタコスの具材を米飯の上に乗せた沖縄県の料理です。 |
| 4/16 | 木 | <ul style="list-style-type: none"> ・ きつねそば ・ 蓮根のはさみ焼き ・ ちくわと胡瓜の和え物 ・ わかめとじゃこの混ぜご飯 ・  | <ul style="list-style-type: none"> ・ 牛肉とごぼうのしぐれ煮 ・ 焼き空豆 ・ キャベツの塩昆布和え物 ・ 味噌汁 ・ ごはん | |
| 4/17 | 金 | <ul style="list-style-type: none"> ・ アジの干物 ・ 揚げ出し豆腐 ・ セロリの浅漬け ・ 味噌汁 ・ ごはん | <ul style="list-style-type: none"> ・ 麻婆茄子 ・ かに玉 ・ もやしと豆苗のナムル ・ 中華スープ ・ ごはん  | |

今週のメニュー

令和2年 4月分

| 日 | 曜日 | 朝食 | 夕食 | 備考 |
|------|----|--|--|----|
| 4/20 | 月 | <ul style="list-style-type: none"> ・葱入り玉子焼き ・たけのこの甘辛炒め ・スナップエンドウの胡麻マヨ和え ・味噌汁  ・ごはん | <ul style="list-style-type: none"> ・キャベツと桜えびのペペロンチーノ ・空豆と新じゃがのオープン焼き ・シーザーサラダ ・かぶとベーコンのスープ ・フランスパン | |
| 4/21 | 火 | <ul style="list-style-type: none"> ・鯖の塩麹焼き ・豚バラと大根の炒め煮 ・ひじきサラダ ・味噌汁 ・ごはん | <ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉のゆず胡椒炒め ・あさりの酒蒸し  ・セリのお浸し ・味噌汁 ・ごはん | |
| 4/22 | 水 | <ul style="list-style-type: none"> ・明太子バタートースト ・ウインナーと玉子のソテー ・ツナサラダ ・ポトフ ・フルーツヨーグルト | <ul style="list-style-type: none"> ・味噌カツ  ・こんにゃくのピリ辛炒め ・なめこおろし ・味噌汁 ・ごはん | |
| 4/23 | 木 | <ul style="list-style-type: none"> ・にらと竹輪の卵とじ ・セロリのごま油炒め ・めかぶ納豆  ・味噌汁 ・ごはん | <ul style="list-style-type: none"> ・あんかけラーメン  ・肉焼売 ・レタスチャーハン ・杏仁豆腐 | |
| 4/24 | 金 | <ul style="list-style-type: none"> ・豚カルビ丼 ・青菜のピーナツ和え ・温泉玉子 ・味噌汁 ・ | <ul style="list-style-type: none"> ・鰯の幽庵焼き ・アスパラとコーンの炒め ・豆苗と蒸し鶏のサラダ  ・味噌汁 ・ごはん | |

今週のメニュー

令和2年 4月分

| 日 | 曜日 | 朝食 | 夕食 | 備考 |
|------|----|---|---|----|
| 4/27 | 月 | <ul style="list-style-type: none"> ・炒り豆腐 ・つくね焼き ・春雨の和え物 ・味噌汁 ・ごはん | <ul style="list-style-type: none"> ・白身魚の甘酢あんかけ ・レバニラ炒め ・水菜ともやし中華和え ・中華スープ ・ごはん  | |
| 4/28 | 火 | <ul style="list-style-type: none"> ・ハムサンド ・スパニッシュオムレツ ・グリーンサラダ ・コーンスープ ・ヨーグルト  | <ul style="list-style-type: none"> ・春キャベツのメンチカツ ・☆イカとアスパラのスパイス炒め ・タラモサラダ ・味噌汁 ・ごはん | |
| 4/29 | 水 | <ul style="list-style-type: none"> ・さんまの甘露煮 ・キャベツと桜えびの塩炒め ・佃煮 ・味噌汁 ・ごはん | <ul style="list-style-type: none"> ・ゆで豚肉の胡麻タレがけ ・焼きさつま揚げ ・わかめと新玉ねぎのお浸し ・味噌汁 ・ごはん | |
| 4/30 | 木 | <ul style="list-style-type: none"> ・ベーコンエッグ ・新じゃが芋ののり塩バター ・レタスとじゃこのサラダ ・味噌汁 ・ごはん  | <ul style="list-style-type: none"> ・ビーフカレー ・ポテトコロッケ ・トマトサラダ ・コンソメスープ ・  | |
| 5/1 | 金 | <ul style="list-style-type: none"> ・けんちんそば ・厚揚げの味噌チーズ焼き ・白菜のゆかり和え ・おにぎり | <ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉のねぎ塩焼き ・ちくわの磯辺揚げ ・ごぼうサラダ ・味噌汁 ・ごはん | |