

今週のメニュー

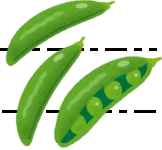
令和6年 4月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
4/1	月	<ul style="list-style-type: none"> ・ベーコンエッグ ・ピーマンとじゃこの煮浸し ・玉ねぎサラダ ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・サワラの西京焼き ・高野豆腐の煮物 ・かぶとみかんのサラダ ・すまし汁 ・赤飯 	
4/2	火	<ul style="list-style-type: none"> ・ホットドッグ ・アスパラソテー ・パスタサラダ ・クラムチャウダー 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉とエリンギのゆずこしょう炒め ・ごぼうの甘辛揚げ ・もやしとニラのナムル ・味噌汁 ・ごはん 	
4/3	水	<ul style="list-style-type: none"> ・タラと豆腐の煮物 ・さつま芋のきんぴら ・ブロッコリーのお浸し ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・あんかけかた焼きそば ・シューマイ ・ザーサイ ・中華スープ 	
4/4	木	<ul style="list-style-type: none"> ・豚肉のケチャップ炒め ・雷こんにゃく ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・サバの竜田揚げ ・春雨炒め ・ほうれん草とカニカマの和え物 ・味噌汁 ・ごはん 	
4/5	金	<ul style="list-style-type: none"> ・味噌焼きおにぎり ・しらす入り玉子焼き ・白菜のなめたけ和え ・けんちん汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ハヤシライス ・長芋のチーズ焼き ・れんこんサラダ ・コンソメスープ 	

今週のメニュー

令和6年 4月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
4/8	月	☆さつまあげと小松菜のマヨ玉炒め	・鶏の唐揚げ	
		・アスパラのおかか和え	・南瓜の煮物	
		・漬物	・豆苗と桜えびの和え物	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
4/9	火	・肉団子と野菜の煮物	・鮭のレモンバターソテー	
		・スナップエンドウとツナのソテー	・ポテトグラタン	
		・佃煮	・人参のフレンチサラダ	
		・味噌汁	・コンソメスープ	
		・ごはん	・ごはん	
4/10	水	・かきあげそば	・豚キムチ炒め	
		・えのきの肉巻き	・厚揚げと里芋の煮物	
		・わかめごはん	・かぶの浅漬け	
		・フルーツ	・味噌汁	
			・ごはん	
4/11	木	・スパニッシュオムレツ	・カジキの和風ステーキ	
		・もやしとベーコンのソテー	・れんこんののり塩炒め	
		・レタスサラダ	・水菜のサラダ	
		・コンソメスープ	・味噌汁	
		・食パン	・ごはん	
4/12	金	・いわしの蒲焼き	・ポークカレー	
		・大根と油揚げの煮物	・アボカドのごまポン酢和え	
		・きゅうりの生姜和え	・トマトサラダ	
		・味噌汁	・ヨーグルト	
		・ごはん		



今週のメニュー

令和6年 4月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
4/15	月	・ ハムサンド	・ カツ丼	
		・ 玉子といんげんのソテー	・ ちくわとピーマンの炒め物	
		・ キャベツサラダ	・ わかめとしらたきの和え物	
		・ コーンスープ	・ 味噌汁	
		・ ヨーグルト		
4/16	火	・ 鮭チャーハン	・ 鶏肉のハニーマスタード焼き	
		・ 焼きさつまあげ	・ きのこのソテー	
		・ 長芋のわさび和え	・ 南瓜サラダ	
		・ 味噌汁	・ コンソメスープ	
			・ ごはん	
4/17	水	☆はんぺんつくね	・ エビチリ	
		・ じゃがいもの煮物	・ 中華奴	
		・ グリーンサラダ	・ 春雨サラダ	
		・ 味噌汁	・ 中華スープ	
		・ ごはん	・ ごはん	
4/18	木	・ 鶏南蛮うどん	・ 牛肉とアスパラの炒め物	
		・ ほうれん草の胡麻和え	・ ごぼうと人参の煮物	
		・ 玉子豆腐	・ 白菜のゆかり和え	
		・ おにぎり	・ 味噌汁	
			・ ごはん	
4/19	金	・ ひき肉の玉子とじ	・ ブリ大根	
		・ もやし炒め	・ しいたけの肉詰めフライ	
		・ 漬物	・ 豆苗とカニカマのお浸し	
		・ 味噌汁	・ 味噌汁	
		・ ごはん	・ ごはん	

今週のメニュー

令和6年 4月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
4/22	月	<ul style="list-style-type: none"> ・小松菜の納豆和え ・ちくわのマヨ焼き ・もずく酢 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・赤魚の塩こうじ蒸し ・筑前煮 ・なめことしらすの和え物 ・味噌汁 ・ごはん 	
4/23	火	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏と白菜の旨煮 ・ピーマンのおかか炒め ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚の生姜焼き ・里芋とイカの煮物 ・ほうれん草の磯和え ・味噌汁 ・ごはん 	
4/24	水	<ul style="list-style-type: none"> ・焼きそばパン ・蒸し鶏のサラダ ・玉子スープ ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・イワシのチーズフライ ・ひじきのカレー風味煮 ・きゅうりのピリ辛和え ・味噌汁 ・ごはん 	
4/25	木	<ul style="list-style-type: none"> ・サバの塩焼き ・キャベツの炒め物 ・いんげんのゆずこしょうマヨ和え ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ミートソーススパゲッティ ・クリームコロッケ ・ポテトサラダ ・コンソメスープ 	
4/26	金	<ul style="list-style-type: none"> ・トマトの玉子炒め ・ポイルウインナー ・ブロッコリーサラダ ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏手羽元のすっぱ煮 ・人参のたらこ炒め ・玉ねぎとわかめのお浸し ・味噌汁 ・ごはん 	

今週のメニュー

令和6年 4～5月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
4/29	月	・アジの開き	・鶏肉のねぎ塩焼き	
		・がんもの煮物	・アスパラとしめじのソテー	
		・豆苗ともやしの和え物	・白菜の酢の物	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
4/30	火	・スクランブルエッグ	・銀ムツの煮物	
		・セロリのきんぴら	・わかめと玉子の炒め物	
		・ハムサラダ	・菜の花の辛子和え	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・たけのこごはん	
5/1	水	・月見そば	・麻婆豆腐	
		・南瓜天	・里芋の甘味噌焼き	
		・きゅうりの梅おかか和え	・メンマの和え物	
		・混ぜごはん	・中華スープ	
			・ごはん	
5/2	木	・鶏とかぶの煮物	・ポークソテー オニオンソース	
		・キャベツとさつまあげの炒め物	・ブロッコリーのカニあんかけ	
		・漬物	・じゃがいもと豆のサラダ	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
5/3	金	・明太マヨトースト	・エビフライカレー	
		・ツナと野菜の炒め物	・茹で空豆	
		・大根サラダ	・玉子サラダ	
		・コンソメスープ	・フルーツ	

