

今週のメニュー

令和8年 4月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
4/6	月	・ポークチャップ	・サワラの西京焼き	
		・ピーマンとじゃこの煮浸し	・切干大根の煮物	
		・漬物	・かぶとみかんのサラダ	
		・味噌汁	・すまし汁	
		・ごはん	・たけのこごはん	
4/7	火	・ホットドッグ	・鶏肉とエリンギのゆずこしょう炒め	
		・パスタサラダ	・ごぼうの甘辛揚げ	
		・ミルクスープ	・もやしとニラのナムル	
		・フルーツ	・味噌汁	
4/8	水	・タラと豆腐の煮物	・あんかけかた焼きそば	
		・さつま芋のきんぴら	・シューマイ	
		・ブロッコリーのお浸し	・ザーサイ	
		・味噌汁	・中華スープ	
		・ごはん		
4/9	木	・ベーコンエッグ	・サバの竜田揚げ	
		・雷こんにゃく	・ビーフン炒め	
		・新玉ねぎのサラダ	・ほうれん草とカニカマの和え物	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
4/10	金	・味噌焼きおにぎり	・ハヤシライス	
		・しらす入り玉子焼き	・長芋のチーズ焼き	
		・白菜のなめたけ和え	・れんこんサラダ	
		・けんちん汁	・コンソメスープ	

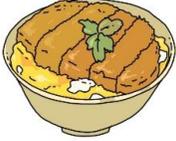
今週のメニュー

令和8年 4月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
4/13	月	・小松菜と玉子の炒め物	・チキン南蛮	
		・焼さつま揚げ	・南瓜の煮物	
		・アスパラのおかか和え	・豆苗と桜えびの和え物	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
4/14	火	・肉団子と野菜の煮物	・鮭のレモンバターソテー	
		・いんげんのソテー	・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	
4/15	水	・山菜そば	・豚キムチ炒め	
		・わかめときゅうりの梅和え	・厚揚げと里芋の煮物	
		・まぜごはん	・かぶの浅漬け	
		・フルーツ 	・味噌汁	
			・ごはん	
4/16	木	・スパニッシュオムレツ	・カジキの和風ステーキ	
		・レタスサラダ	・れんこんののり塩炒め	
		・コンソメスープ	・水菜のサラダ	
		・食パン	・味噌汁	
		・ヨーグルト	・ごはん	
4/17	金	・いわしの蒲焼き	・ポークカレー	
		・大根と油揚げの煮物	・はんぺんの磯辺フライ	
		・きゅうりの生姜和え	・トマトサラダ	
		・味噌汁	・ゼリー	
		・ごはん		

今週のメニュー

令和8年 4月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
4/20	月	・ハムサンド	・カツ丼	
		・ツナ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		
4/21	火	・鮭チャーハン	・鶏肉のハニーマスタード焼き	
		・コロッケ	・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	
4/22	水	・鶏とじゃがいもの煮物	・エビチリ	
		・納豆	・中華奴	
		・漬物	・春雨サラダ	
		・味噌汁	・中華スープ	
		・ごはん	・ごはん	
4/23	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	
		・おにぎり	・白菜のゆかり和え	
		・フルーツ	・味噌汁	
			・ごはん	
4/24	金	・ひじき入り玉子焼き	・ブリ大根	
		・もやしとひき肉の炒め物	・しいたけの肉詰めフライ	
		・焼のり	・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8年 4月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
4/27	月	・ 巣ごもり玉子	・ 赤魚の塩こうじ蒸し	
		・ ちくわのマヨ焼き	・ 筑前煮	
		・ もずく酢	・ なめことしらすの和え物	
		・ 味噌汁	・ 味噌汁	
		・ ごはん	・ ごはん	
4/28	火	・ 鶏と白菜の旨煮	・ 豚の生姜焼き	
		・ ピーマンのおかか炒め	・ 里芋とイカの煮物	
		・ 漬物	・ 菜の花の酢味噌和え	
		・ 味噌汁	・ すまし汁	
		・ ごはん	・ ごはん	
4/29	水	・ 焼きそばパン	・ イワシのチーズフライ	
		・ 蒸し鶏のサラダ	・ 若竹煮	
		・ 玉子スープ	・ きゅうりのピリ辛和え	
		・ フルーツ	・ 味噌汁	
		・ ごはん	・ ごはん	
4/30	木	・ サバの塩焼き	・ ミートソーススパゲッティ	
		・ キャベツの炒め物	・ ブロッコリーサラダ	
		・ いんげんのわさびマヨ和え	・ コンソメスープ	
		・ 味噌汁	・ ヨーグルト	
		・ ごはん		
5/1	金	・ トマトの玉子炒め	・ 鶏手羽元のすっぱ煮	
		・ ボイルウインナー	・ 人参のたらこ炒め	
		・ グリーンサラダ	・ 小松菜のお浸し	
		・ 味噌汁	・ 味噌汁	
		・ ごはん	・ ごはん	

