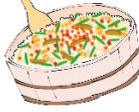
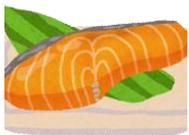




予定献立表

令和 6年 4月 21日 ~ 令和 6年 4月 30日

日	朝食	昼食	夕食
21(日)	ごはん みそ汁 青菜のオイスターソース炒め 佃煮 牛乳 	ごはん 五目玉子焼き さつまい 青菜のポン酢和え フルーツ 	ごはん たらのマヨネーズ焼き 金平 ながいもサラダ 
22(月)	ごはん みそ汁 アスパラと卵の炒め物 ふりかけ ももヨーグルト 	ごはん かきあげ みそ汁 白菜のお浸し フルーツ 	ごはん 豆腐の五目煮 蒸しシューマイ 切り干し大根の中華和え 
23(火)	ごはん みそ汁 煮浸し 佃煮 牛乳 	ごはん 鶏肉の包み焼き 沢煮椀 エビサラダ フルーツ 	ごはん ふくさ焼き ふきの炒め煮 味噌和え 
24(水)	ごはん みそ汁 大豆煮 ふりかけ 牛乳 	山菜ちらし(代替えは煮魚) 千切野菜のすまし汁 茄子の利休煮 イチゴプリン 	ごはん 鶏のクリーム煮 大根のこってり煮 和風サラダ 
25(木)	ごはん みそ汁 青菜の炒め物 佃煮 乳酸菌飲料 	サンドイッチ(代替えはハンバーグ) コーンスープ 野菜の盛り合わせサラダ ジョア 	ごはん カレー風味の肉豆腐 里芋の味噌煮 若布の酢の物 
26(金)	ごはん みそ汁 大根とひき肉の炒め煮 ふりかけ 牛乳 	赤飯 鯖のレモン焼き 田舎汁 青菜の辛し和え フルーツ 	ごはん 回鍋肉 えび豆腐 ところ天サラダ 
27(土)	ごはん みそ汁 じゃが芋のおかかソテー ふりかけ 牛乳 	ごはん 鶏の揚げ煮 ジャコ炒め イエローサラダ フルーツ 	ごはん 豆腐ハンバーグ カリフラワーグラタン 海草サラダ 
28(日)	ごはん みそ汁 青菜のさっと煮 佃煮 牛乳 	ごはん 鯖のチーズ焼き ポトフスープ アスパラのナッツ和え フルーツ 	ごはん なすの肉味噌かけ 源平煮なます 玉子豆腐 
29(月) 昭和の日 	梅粥 高野豆腐の玉子とじ つけもの ブルベリーヨーグルト 	ごはん ポテトオムレツ 糸切昆布煮つけ フレンチサラダ フルーツ 	ごはん 鮭の塩焼き 筑前煮 青菜の菜種和え 
30(火)	ごはん みそ汁 ひじき煮 ふりかけ 牛乳 	やきうどん(代替えは厚揚げと野菜 の味噌炒め) 玉子スープ 中華風なます デザートムース 	ごはん ミートローフ 南瓜のバター煮 コールスローサラダ 