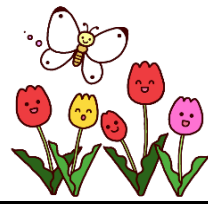


献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
4月 14日 日曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 卵風味ソース	パン スープ 里芋煮 デザート	チャーハン えび焼売 <small>しゅうまい</small> (ら)やわらか焼売 <small>しゅうまい</small> 小松菜のおろし和え <small>こまつな あ</small>	カラスカレイの香味かけ <small>こうみ</small> トマトスープ煮 <small>に</small> 人参と糸こんにゃくの中華和え <small>にんじん いと ちゅうかあ</small>
4月 15日 月曜日	ご飯 味噌汁 たまご豆腐 ふりかけ	パン スープ たまご豆腐 デザート	さばの照り焼き <small>て や</small> なすの田舎煮 <small>いなかに</small> 春キャベツの辛し和え <small>はる から あ</small>	豚肉のさっぱり煮 <small>ぶたにく に</small> 春雨の伴三糸 <small>はるさめ ぼんさんすー</small> (ら)大根の伴三糸 <small>だいこん ぼんさんすー</small> 大豆のカレー炒め <small>だいず いた</small>
4月 16日 火曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 たいみそ	パン スープ 人参煮 デザート	牛肉のごまソース炒め <small>ぎゅうにく いた</small> (ら)鶏ささ身のごまソース炒め <small>とり み いた</small> ひじきと金時豆煮 <small>きんときまめに</small> (ら)こんにゃくと金時豆煮 <small>きんときまめに</small> マカロニサラダ	さわらの酒蒸し <small>さかわし</small> オーブン玉子 <small>たまご</small> ブロッコリーのサラダ
4月 17日 水曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 のり佃	パン スープ いんげん煮 デザート	ツナポテトコロッケ 豚肉の五目煮 <small>ぶたにく ごもくに</small> 豆腐とみょうがのサラダ <small>とうふ</small>	鶏もものみそ焼き <small>とり や</small> 卵とじ <small>たまご</small> 小松菜のしらす和え <small>こまつな あ</small>
4月 18日 木曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 ふりかけ	パン スープ れんこん煮 デザート	カラスカレイの黄金焼き <small>こがねや</small> 人参のごま酢和え <small>にんじん ず あ</small> 桜ごぼう <small>さくら</small>	麻婆豆腐 <small>まーぼーどうふ</small> もずくとトマトのスープ 三色ナムル <small>さんしよく</small>
4月 19日 金曜日	ご飯 味噌汁 ひじき煮 ゆずみそ	パン スープ ひじき煮 デザート	マカロニグラタン 小松菜の辛し和え <small>こまつな から あ</small> 煮込み大根 <small>に こ だいこん</small>	鮭の粕漬焼き <small>さけ かすづけや</small> だし巻き玉子風 <small>たまごふう</small> 春キャベツのマリネ <small>はる</small>
4月 20日 土曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 ふりかけ	パン スープ 里芋煮 デザート	赤魚の照り焼き <small>あかうお て や</small> なすの中華サラダ <small>ちゅうか</small> 厚揚げのおろし炊き <small>あつあ た</small>	ポークカレー ツナしばサラダ さつまロールとお浸し <small>ひた</small>



土曜おやつ

抹茶水ようかん