

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	
4月 21日 日曜日	ご飯 味噌汁 切干大根煮 のり佃	パン スープ 切干大根煮 デザート	中華飯 大根の甘酢和え たまごスープ	さばの山椒焼き ひじきのそぼろ (ら)こんにゃく キャベツのサラダ
4月 22日 月曜日	ご飯 味噌汁 たまご豆腐 ゆずみそ	パン スープ たまご豆腐 デザート	鶏ももの粒マヨソテー なすのおろし和え 卵とじ	ぶりの煮付け (ら)カラスカレ 小松菜のごま和 ごぼうとベーコ
4月 23日 火曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 ふりかけ	パン スープ 人参煮 デザート	さわらの西京焼き 豆腐とザーサイの炒めもの 長芋のわさび和え	豚肉の生姜焼き (ら)鶏団子の生 ほうれん草とな スペイン風オムレツ
4月 24日 水曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 卵風味ソース	パン スープ 煮豆 デザート	赤魚の和風ステーキ さつま芋の甘辛煮 マカロニサラダ	牛肉の味ぽん炒 (ら)豚肉の味ぽ ふわふわ豆腐 チンゲン菜のお
4月 25日 木曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 のり佃	パン スープ 里芋煮 デザート	チキンチャップ きゅうりの酢のもの 豆腐の蒸しもの	カラスカレイの なすの煮物 ブロッコリーの
4月 26日 金曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 たいみそ	パン スープ いんげん煮 デザート	人参ごはん 甘塩さばの盛り合わせ 厚揚げのとろみ煮 (特ら)豆腐のとろみ煮 春キャベツのサラダ	豚肉のみそ煮 春雨とザーサイ (ら)大根のスー なすの小町和え
4月 27日 土曜日	ご飯 味噌汁 大根煮 ふりかけ	パン スープ 大根煮 デザート	鶏もものパイン焼き ほうれん草の辛し和え 新玉ねぎとしらすの卵とじ	鮭の酢醤油焼き 豆腐とみょうが じゃがのカレー

土曜おやつ

ホットケーキ

夕食

煮
のそばろ煮
ダ

イの煮付け
|え
ンの炒めもの

姜焼き
め茸のさっぱり和え
ハツ

め
ん炒め

ひた
浸し

クレームニエル

おかか^あ和え

のスープ
プ

のサラダ
炒め