

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
4月 7日 日曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 ふりかけ	パン スープ 煮豆 デザート	カラスカレイの野菜あんかけ 春雨サラダ (ら)カリフラワーのサラダ ひじきと厚揚げの煮物	筑前煮 卵とじ ほうれん草のごま和え
4月 8日 月曜日	ご飯 味噌汁 たまご豆腐 のり佃	パン スープ たまご豆腐 デザート	牛肉のソース炒め (ら)豚肉のソース炒め 大根の梅肉和え 豆腐の田楽	かけうどん 鮭の照り焼き いんげんのサラダ
4月 9日 火曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 卵風味ソース	パン スープ 切干煮 デザート	さばのカレー焼き 長芋とこんにゃくの煮物 なすの生姜じょうゆ和え	豚肉のおろし煮 (ら)やわらかだんごのおろし煮 白菜の煮浸し マカロニサラダ
4月 10日 水曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 たいみそ	パン スープ 人参煮 デザート	鶏ささ身のわさび醤油和え 春キャベツのコールスローサラダ 煮豆	さわらの甘酢焼き たまごスープ 小松菜と豆腐のお浸し
4月 11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	あじの山椒焼き (特ら)カラスカレイの山椒焼き 胡瓜の酢のもの スパゲティナポリタン (ら)マカロニナポリタン	豚肉となすのピリ辛炒め ニラ玉 長芋のとろろ汁
4月 12日 金曜日	ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 のり佃	パン スープ 厚揚げ煮 デザート	鶏の唐揚げ 香味ソース和え 里芋煮 大根サラダ	蒸し鯖のおろしかけ 小松菜のわさび和え 卵とじ
4月 13日 土曜日	ご飯 味噌汁 ひじき豆煮 ゆずみそ	パン スープ ひじき豆煮 デザート	ぶりの照り焼き (ら)カラスカレイの照り焼き なすの南蛮漬 豆腐の肉そぼろあんかけ	ハヤシライス ブロッコリーのツナサラダ 野菜とじゃがいものコンソメスープ



土曜おやつ

ケーキ三種盛り