

2024

こ

ん

だ

て

ひ

よ

う

4月

	日	月	火	水	木	金	土		
		1日	2日	3日	4日	5日	6日		
朝		御飯 ツと大根の炒り煮 小松菜の和え物 味噌汁(ジャガ芋、オクラ) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ウイナーのコンニャク煮 ホウレン草のピーナツ和え コンニャク(里芋、春菊) 牛乳	御飯 ひじきと薩摩揚げの煮物 キャベツのシラス和え 味噌汁(麩、葉大根) 牛乳	御飯 ガツとサツマ芋の煮物 キャベツの和え物 すまし汁(玉葱、春菊) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン 小松菜の卵炒め かぶのゆかり和え コンニャク(キャベツ、水菜) 牛乳	御飯 ぜんまいと竹輪の炒め煮 モヤシのホウレン草風味和え すまし汁(チンゲン菜、ヒタケ) 牛乳		
昼		御飯 豚肉のくわ焼 なすと竹輪の煮物 キャウリとわかめの酢の物 ヨーグルト・フルーツ	御飯 白身魚のオーソロスかけ 青梗菜の卵炒め 人参サラダ フルーツ・パン缶	御飯 蒸し鶏のマーガリかけ かぶと油揚げの煮物 モヤシの酢醤油和え フルーツ・パン缶	御飯 豚肉と玉葱の中華炒め チンゲン菜かに風味あんかけ かぶの中華ドレッシング フルーツ・黄桃缶	昭和食堂・ナポリタン お弁当 お弁当 お弁当			
夕		御飯 パールの山椒焼 ホウレン草とアリの煮浸し ポトサラダ すまし汁(豆腐、青社)	御飯 肉団子の野菜あんかけ 切干大根と大豆の煮物 南瓜のサラダ 味噌汁(エノ、菜の花)	御飯 ポトとチーズとパムの和え物 茄子とエノの炒め物 小松菜のサラダ コンニャク(人参、コーン)	御飯 魚のおろしあんかけ(銀ひら) インゲンとパムのコンソメ キャベツの和風サラダ 味噌汁(オクラ、椎茸)	御飯 鶏肉の中華炒め 生揚げとピーマの煮物 ほうれん草のサラダ すまし汁(畑菜、白社)	御飯 白身魚のミンチ焼 里芋のソテー 白菜のフレンチサラダ 味噌汁(玉葱、大根)		
朝	7日	御飯 かぶと挽肉の味噌炒め 大根とパムのサラダ すまし汁(油揚げ、菜の花) 牛乳	御飯 ガツと南瓜の煮物 豆たっぷりハンバーグ 味噌汁(里芋、チンゲン菜) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ポコリとパムの炒め物 マカロニサラダ コンニャク(サツマ芋、ヒタケ) 牛乳	御飯 生揚げの炒め物 ホウレン草の和え物 味噌汁(シメジ、白菜) 牛乳	御飯 じゃが芋のそぼろ煮 ポコリのサラダ 味噌汁(油揚げ、菜の花) 牛乳	御飯 鶏とインゲンの炒め物 キャウリと大豆のサラダ すまし汁(モヤシ、青社) 牛乳		
昼		御飯 白身魚の卵とじ キャベツとツのソテー ポコリとわかめの和風和え ヨーグルト・フルーツ	御飯 海鮮野菜炒め ふきとツのおかか煮 モヤシのナムル フルーツ・パン缶	御飯 鶏肉のハニーマスターソース 南瓜のグラッセ 菜の花と蒲鉾のサラダ フルーツ・フルーツ缶	御飯 パールの照焼 里芋と大豆と薩摩揚げの煮物 かぶとわかめのサラダ フルーツ・黄桃缶	御飯 豚肉と南瓜の甘辛煮 小松菜とアリの塩炒め キャウリと大根の和風サラダ フルーツ・パン缶	御飯 あさりとしほの卵炒め 肉団子の薄くす煮 青梗菜の中華和え フルーツ・黄桃缶		
夕		御飯 豚肉と玉葱の炒め物 なすの煮物 サツマ芋の胡麻サラダ 味噌汁(マヨ、わかめ)	御飯 鯖の生姜煮 かぶとウイナーの炒め ホウレン草とエノの辛子和え すまし汁(椎茸、青社)	御飯 つみれとレタスの煮物 大根とポウのきんぴら 春雨とわかめの酢の物 味噌汁(豆腐、水菜)	御飯 チキと玉葱のトマト煮 青梗菜とツの炒め物 かぶのドレッシング和え コンニャク(ジャガ芋、コーン)	御飯 魚の甘酢あん(タ) レタスのきんぴら モヤシと蒲鉾の胡麻和え すまし汁(オクラ、白菜)	御飯 豆腐かつね照焼 ピーマン炒め かぶのソテー 味噌汁(わかめ、葉大根)	御飯 白身魚の外巻き焼 南瓜と挽肉の胡麻炒め ポコリと大豆の和え物 味噌汁(人参、菜の花)	
朝	14日	御飯 キャベツと生揚げの煮浸し 豆たっぷりハンバーグ 味噌汁(庄内麩、小松菜) 牛乳	御飯 里芋とパムの煮物 春菊とツの胡麻だれ 味噌汁(白菜、水菜) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ジャガ芋とツのコンニャク ポコリとコーンのサラダ コンニャク(小松菜、舞茸) 牛乳	御飯 生揚げとわかめの煮物 インゲンの和風ドレッシング すまし汁(水菜、ヒタケ) 牛乳	御飯 ひじきと竹輪の煮物 おろし和え 味噌汁(小松菜、里芋) 牛乳	御飯 かぶとツの煮物 ピーナツ和え(かぶ、ア) 味噌汁(玉葱、小松菜) 牛乳		
昼		御飯 鶏肉と里芋の旨煮 茄子の甘辛炒め ホウレン草と蒲鉾の生姜和え フルーツ・フルーツ缶	御飯 かぶとミモロ 菜の花とツの炒め物 大根とツのソテー フルーツ・白桃缶	健康御膳・ 体をすっきり食物繊維 塩麹ビビンバ サツマ芋とパム風味きんぴら 焼野菜サラダ 甘酒ゼリー		御飯 煮魚(パール) きんぴらごぼう 青梗菜と蒸鶏のお浸し フルーツ・黄桃缶	御飯 豆腐のステーキコンソメ 大根とエノの煮物 枝豆とわかめの和え物 ヨーグルト・フルーツ		
夕		御飯 魚の田楽(カ) じゃが芋の煮物 オクラとコーンのサラダ すまし汁(ヒタケ、わかめ)	御飯 鶏肉の生姜焼 高野豆腐の含め煮 胡瓜とツのサラダ すまし汁(玉葱、トロ昆布)	御飯 魚の七味焼き(銀ひら) 切昆布と薩摩揚げの炒り煮 小松菜のなめ茸和え すまし汁(花麩、白社)	御飯 鶏の酒蒸 白菜と油揚げの煮物 パンプキンサラダ 味噌汁(サツマ芋、青社)	御飯 豚肉の胡麻だれ炒め 車麩とツの煮物 人参サラダ すまし汁(庄内麩、小松菜)	御飯 豆腐のクリームソース じゃが芋とウイナーのガーリック ソテー ホウレン草とわかめのサラダ コンニャク(人参、白菜)	御飯 酢鶏 もやしと干しエノの三色炒め サツマ芋 中華スープ(チンゲン菜、コーン)	
朝	21日	御飯 南瓜のそぼろあんかけ ホウレン草の和風ドレッシング すまし汁(オクラ、畑菜) 牛乳	御飯 ふきとパムの煮物 アリのサラダ 味噌汁(麩、小松菜) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ウイナーと白菜の炒め パンプキンサラダ コンニャク(畑菜、里芋) 牛乳	御飯 厚焼卵・大根オム 小松菜のサラダ すまし汁(白玉麩、玉葱) 牛乳	御飯 ガツと冬瓜の煮物 春菊の青じそ和え 味噌汁(里芋、椎茸) 牛乳	御飯 食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ブレイクムツ ポコリのオムドレッシング コンニャク(オクラ、コーン) 牛乳	御飯 竹輪と白菜の炒め インゲンの胡麻ドレッシング すまし汁(かぶ、花麩) 牛乳	
昼		御飯 豚肉のガーリックソテー じゃが芋のコンニャク煮 インゲンのフレンチサラダ フルーツ・パン缶	御飯 筑前煮 茄子の生姜炒め かぶのフレンチサラダ フルーツ・パン缶	麺の日 ワンタン かぶと人参の煮物 春菊の香味ドレッシング フルーツ・パン缶		御飯 肉じゃが(豚肉) インゲンとツの炒め物 白菜の和風サラダ フルーツ・黄桃缶	御飯 マスの和風ステーキ さつま芋の甘煮 キャウリとわかめの和え フルーツ・パン缶	御飯 魚のから風味焼(タ) 茄子とパムのソテー ポトサラダ フルーツ・洋梨缶	
夕		御飯 魚の韓国風照焼(カ) キャベツとパムのソテー かぶの和風和え 味噌汁(キャベツ、油揚げ)	御飯 アリの卵とじ 菜の花とわかめの煮浸し 錦糸卵入り春雨サラダ 中華スープ(コーン、白社)	御飯 白身魚の治部煮(タ) じゃが芋の炒め物 オクラのポト和え すまし汁(サツマ芋、水菜)	御飯 魚のチーズムニエル(銀ひら) レタスのパム炒め ポコリとコーンサラダ コンニャク(かぶ、ホウレン草)	御飯 蒸し餃子の中華ダレ 青梗菜と薩摩揚げの豆乳煮 ごぼうサラダ 中華スープ(わかめ、青社)	御飯 パールの旨煮 キャベツの三色炒め 春雨とピーマのサラダ 味噌汁(南瓜、白社)	御飯 豚肉と厚揚げのオイスターソース炒め もやしの和風炒め ホウレン草のおかか和え 味噌汁(ごぼう、油揚げ)	
朝	28日	御飯 かぶとパムの炒め物 サツマ芋とチーズのサラダ 味噌汁(舞茸、玉葱) 牛乳	御飯 魚肉ソーセージの野菜炒め 茄子のドレッシングかけ すまし汁(モヤシ、ヒタケ) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン スクランブルエッグ ホウレン草とわかめのサラダ コンニャク(南瓜、人参) 牛乳	*****				*****
昼		御飯 千草焼卵 キャベツとツのソテー ポコリのホウレン草風味 フルーツ・パン缶	御飯 八宝菜(塩) 筍の中華炒め インゲンのしらす和え フルーツ・パン缶	御飯 パールの甘辛煮 小松菜とコーンの炒め物 切干大根のサラダ フルーツ・フルーツ缶	*****				*****
夕		御飯 白身魚の梅照焼 南瓜の甘煮 大根と人参の三色ナムル すまし汁(わかめ、白社)	御飯 魚すりの松風焼 ひじきと鶏肉の煮物 かぶの生姜和え 味噌汁(ジャガ芋、油揚げ)	御飯 サトウキビ ふきとパムの煮物 茹かしたツのサラダ すまし汁(豆腐、オクラ)	*****				*****

※仕入れ等の関係により献立内容が変わることがございます。
※常食の献立内容を掲載させていただいています。