

# 令和5年4月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

							4月1日 (土)
朝食							パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳
昼食							赤飯 スズキの山椒焼き 吸物 甘夏和え 甘酒
間							どら焼き
夕食							御飯 鶏のおろし玉葱炒め スープ カリフラワーの梅サラダ
4月2日 (日)		★4月3日 (月)	4月4日 (火)	4月5日 (水)	4月6日 (木)	4月7日 (金)	★4月8日 (土)
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 高菜漬	御飯 味噌汁 たくあん しらたきのツナ金平	パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳
昼食	御飯 豚肉と高野豆腐の卵とじ 味噌汁 大根の塩昆布和え	鮭ときゅうりの混ぜ寿司 吸物 大根の旨煮 アセロラゼリー	キーマカレー サラダ フルーツ杏仁 福神漬	御飯 ホッケの白醤油焼き 吸物 ポテトサラダ	ピザトースト ブラウンシチュー サラダ	御飯 煮魚 吸物 白和え	御飯 空豆のかき揚げ 吸物 菜種和え 桜羊羹
間	ミルージュ	カスタードケーキ	丸ボーロ	りんごジュース	いちごクレープ	黒糖饅頭	野菜生活
夕食	御飯 煮魚 吸物 ゆかり和え	御飯 牛肉とさつま芋の甘辛煮 味噌汁 オクラサラダ	御飯 鮭のバター醤油焼き 吸物 人参のソテー	御飯 肉団子と里芋の煮物 味噌汁 ほうれん草とえびのソテー	御飯 太刀魚のタレ焼き 味噌汁 山芋の白煮	御飯 カットハンバーグ 野菜スープ トマトサラダ	御飯 ホキのみそネーズ焼き スープ 刻み昆布の旨煮
4月9日 (日)		4月10日 (月)	4月11日 (火)	4月12日 (水)	4月13日 (木)	4月14日 (金)	4月15日 (土)
朝食	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の煮物 ふりかけ	パン マカロニサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 高菜漬	御飯 味噌汁 千切り煮 たくあん	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳
昼食	御飯 鯖のゆかり焼き 吸物 のり和え	牛丼 吸物 浅漬	御飯 焼き豆腐の帆立あんかけ 吸物 鶏ごぼう金平	御飯 サバの漬焼き 根菜汁 かくや和え	御飯 カレーの黄金焼き スープ りんごとキャベツのサラダ	菜めし 鶏肉とさつま芋の煮物 吸物 ぬた和え	御飯 肉豆腐 吸物 もずく酢
間	もみじ饅頭	バームクーヘン	ジョア	クリームコンフェ	黒棒	ミルージュ	シュークリーム
夕食	御飯 豚肉の生姜醤油炒め スープ とろろ	御飯 赤魚のおろし煮 味噌汁 ごま酢和え	御飯 ポパイオムレツ スープ サラダ	御飯 筑前煮 味噌汁 もずくと胡瓜の酢の物	御飯 豚肉のキムチ炒め 吸物 煮豆	御飯 赤魚の香味焼き 豆乳スープ オクラの梅おかか和え	御飯 えびのピリ辛中華炒め スープ バンバンジー
4月16日 (日)		4月17日 (月)	4月18日 (火)	4月19日 (水)	4月20日 (木)	4月21日 (金)	4月22日 (土)
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン ポークビーンズ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳
昼食	御飯 鶏肉とさつま芋の甘辛煮 吸物 呉豆腐	御飯 メバルの梅干煮 茶そば汁 糸こんの卵とじ	ピース御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮 茶碗蒸し ごま和え	御飯 南瓜コロッケ たまごスープ トマトサラダ ヨーグルト	御飯 鮭のちゃんちゃん焼き 吸物 冷奴	サンドイッチ コーンシチュー サラダ	御飯 鯖の南部焼き そうめん汁 おからサラダ
間	焼きドーナツ	りんごジュース	ワッフル	もみじ饅頭	野菜生活	カスタードケーキ	丸ボーロ
夕食	御飯 カレーの柚子塩焼き 味噌汁 里芋のそぼろ煮	御飯 チキンカレー サラダ フルーチェ 福神漬	御飯 ホキの彩りあんかけ スープ マカロニのケチャップ炒め	御飯 ホッケのみりん焼き 味噌汁 和風ビーフン	御飯 ぎょうざ 中華スープ ザーサイ和え	御飯 煮魚 味噌汁 卵豆腐のなめこあんかけ	御飯 里芋のパン粉焼き 味噌汁 白菜の煮浸し
4月23日 (日)		4月24日 (月)	4月25日 (火)	4月26日 (水)	4月27日 (木)	4月28日 (金)	4月29日 (土)
朝食	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン 南瓜のサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 たくあん	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳
昼食	御飯 太刀魚の山椒煮 吸物 なめ茸和え	ミートソーススパゲティ さつま芋のミルクスープ サラダ	御飯 塩サバ ちゃんこ汁 ひじきの五目煮	御飯 鶏と茄子のさっぱり炒め 吸物 山芋のわさび和え	御飯 ポークカレー サラダ フルーツヨーグルト 福神漬	御飯 ホキの辛子醤油焼き レタススープ 甘夏サラダ	御飯 友禅蒸し 豚汁 酢の物
間	飲むヨーグルト	焼きプリンタルト	もみじ饅頭	みかんジュース	いちごクレープ	黒棒	ミルミル
夕食	御飯 八宝菜 スープ ごま豆腐	御飯 鶏と厚揚げのおろし煮 のりたまスープ 酢の物	御飯 つくねの甘辛煮 味噌汁 浅漬	御飯 くずし豆腐の海鮮煮 吸物 深山和え	御飯 鯖の味噌煮 吸物 ピーマンのじゃこ炒め	御飯 鶏の青じそ炒め 豆乳味噌汁 おかか和え	御飯 牛肉と大根の生姜煮 吸物 オクラのとろろ和え
4月30日 (日)							
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>★行事食★</p> <p>3日 (月) 旧ひなまつり 8日 (土) 花まつり</p> <hr/> <p>*旬の食材*</p> <p>ぶり、さば、いわし、かつお、鯖 ふき、たけのこ、玉葱、スナップえんどう、じゃがいも</p> </div>					
昼食	御飯 豚肉と野菜のタレ炒め 味噌汁 だし巻き卵						
間	バームクーヘン						
夕食	御飯 煮魚 吸物 三色金平						