

# 令和4年4月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

						4月1日(金)	4月2日(土)	
朝食	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>★行事食★</p> <p>3日(日) 旧ひなまつり 8日(金) 花まつり</p> <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>						御飯 味噌汁 切干大根の煮物 たくあん	パン キャベツの煮物 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	御飯 麻婆豆腐 スープ バンサンスー
間							どら焼き	黒棒
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	御飯 カレイの味噌漬焼き 吸物 茄子のそぼろ煮
		★4月3日(日)	4月4日(月)	4月5日(火)	4月6日(水)	4月7日(木)	★4月8日(金)	4月9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 バイドエッグ 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 青しそ高菜	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	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	鮭ときゅうりの混ぜ寿司 吸物 大根の旨煮 いちごババロア	御飯 キスの磯辺揚げ みぞれ汁 もずくの酢の物	キーマカレー サラダ オレンジ らっきょう	御飯 アジの梅しそ焼き 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 デザート	桜ごはん 鶏と竹の子の煮物 吸物 菜種和え	御飯 煮魚 吸物 白和え	
間	ワッフル	ミルージュ	破れ饅頭	原宿ドッグ	飲むヨーグルト	カエデの実	丸ボーロ	
夕食	御飯 煮魚 吸物 ゆかり和え	御飯 牛かぼちゃ 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 豚肉と高野豆腐の卵とし 味噌汁 ところてん	御飯 太刀魚の香味焼き 味噌汁 山芋の白煮	御飯 ホキの甘酢あんかけ スープ 刻み昆布の旨煮	御飯 カットハンバーグ 野菜スープ トマトサラダ	
		4月10日(日)	4月11日(月)	4月12日(火)	4月13日(水)	4月14日(木)	4月15日(金)	4月16日(土)
朝食	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋のツナ煮 ふりかけ	パン 南瓜のサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 べったら漬	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 青しそ高菜	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳
昼食	御飯 鯖のポン酢焼き 吸物 のり和え	牛丼 吸物 大根の塩昆布和え	御飯 焼き豆腐の帆立あんかけ 吸物 鶏ごぼう金平	御飯 鮭の塩焼き 根菜汁 かくや和え	御飯 カレイの黄金焼き スープ りんごとキャベツのサラダ	菜めし 鶏肉と大根の煮物 吸物 ぬた和え	御飯 肉豆腐 吸物 もずく酢	
間	すいーとぼてと	はっ酵豆乳	シュークリーム	クリームコンフェ	野菜生活	ショコラブッセ	もみじ饅頭	
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 卵しゅうまい スープ ピーマンとえびのソテー	御飯 豚肉のキムチ炒め 吸物 煮豆	御飯 赤魚のねぎ醤油焼き 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17日(日)	4月18日(月)	4月19日(火)	4月20日(水)	4月21日(木)	4月22日(金)	4月23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 青しそ高菜	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 肉団子と白菜の煮物 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 糸こんにの卵とし	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 南瓜コロケ たまごスープ トマトサラダ	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 デザート	御飯 鯖の南部焼き そうめん汁 おからサラダ	
間	ミルミル	焼きプリンタルト	黒棒	飲むヨーグルト	焼きドーナツ	みかんジュース	丸ボーロ	
夕食	御飯 カレイの柚子塩焼き 味噌汁 里芋のそぼろ煮	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 吸物 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24日(日)	4月25日(月)	4月26日(火)	4月27日(水)	4月28日(木)	4月29日(金)	4月30日(土)
朝食	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の鳴門煮 ふりかけ	パン マカロニサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 べったら漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 たくあん	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 たくあん	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳
昼食	御飯 太刀魚の山椒煮 吸物 なめ茸和え	ナポリタン さつま芋のミルクスープ サラダ デザート	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 ホキの明太マヨ焼き レタススープ 甘夏サラダ	御飯 友禅蒸し 豚汁 酢の物	
間	パンケーキ	ショア	もみじ饅頭	バームクーヘン	野菜生活	いちご饅頭	とと焼き	
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 オクラの塩昆布和え	