

清掃苑 献立表 2024年4月

日	月 4月1日	火 4月2日	水 4月3日	木 4月4日	金 4月5日	土 4月6日	
朝食	中華風雑炊 茄子の炒め物 味噌汁(わかめ・揚げ) 牛乳	さつま芋粥 厚揚げと小松菜の煮物 味噌汁(オクラ、人参) 牛乳	鶏雑炊 カリフラワーサラダ カクテルフルーツ 牛乳	若菜雑炊 ツナポテトサラダ 味噌汁(切麩・とろろ) 牛乳	さげ雑炊 オクラのおかか和え 味噌汁(キャベツ、人参) 牛乳	きのご雑炊 野菜炒め 味噌汁(揚げ・わかめ) 牛乳	
昼食	赤飯 赤魚の桜蒸し キャベツと桜えびの和え物 味噌汁(さつま芋・ねぎ)	ご飯 松風焼き 大豆煮 お吸い物(えのき・豆腐)	わかめおにぎり 山菜うどん 豆腐の和風サラダ いちごゼリー	蕎麦ご飯 メバルの松前煮 れんこんの梅昆布茶和え 味噌汁(小芋・揚げ)	中華丼 もやしとハムのサラダ 中華スープ ザーサイ	ご飯 ロールキャベツのコンソメ煮 パンケーキ ミネストローネ	
おやつ	今川焼き(カスタード) お茶	レモンケーキ コーヒー	きんつば お茶	パバロア 紅茶	牛乳ケーキ コーヒー	トラロール 紅茶	
夕食	ご飯 豚肉と野菜のスタミナ炒め 切麩の玉子とじ お吸い物(はんぺん・とろろ)	ご飯 ハマチの塩焼き ひじき煮 味噌汁(茄子・人参)	ご飯 オムレツ風卵焼き キャベツのツナサラダ キャロットスープ	ご飯 すき焼き風煮 れんこんの梅昆布茶和え お吸い物(もろみん・みつば)	ご飯 筑前煮 玉子豆腐 味噌汁(巻麩、ねぎ)	ご飯 白身魚の和風梅ソース 干切煮 味噌汁(豆腐・とろろ)	
朝食	あずき粥 スクランブルエッグ 洋梨缶 牛乳	ちりめん雑炊 ウィンナーソテー 味噌汁(白菜、ねぎ) 牛乳	南瓜粥 がんと煮物 味噌汁(巻麩、大根菜) 牛乳	ぼたて粥 ほうれん草のソテー 黄桃缶 牛乳	玉子雑炊 ちくわの炒り煮 味噌汁(切麩、ねぎ) 牛乳	雑炊 カリフラワーおかか和え 味噌汁(菜の花、巻麩) 牛乳	
昼食	ご飯 水餃子 中華クラゲのサラダ 中華スープ	ご飯 ハマチのきのことあんかけ ひじきの和風サラダ 味噌汁(花麩、みつば)	ビーフカレー マカロニサラダ 漬物(福神漬け) パイナップル	ご飯 鶏の唐揚げ フロッキーのツナサラダ 味噌汁(玉ねぎ、揚げ)	大豆入りご飯 鯉のごま焼き 金平ごぼう 味噌汁(小芋、わかめ)	ご飯 チキンのハーブパン粉焼き チンゲン菜のドレッシング和え コンソメスープ	ご飯 メバルの蒸し野菜のせ ほうれん草のごま和え 赤だし(なめこ、わかめ)
おやつ	バームクーヘン コーヒー	ブルーベリーパイ 紅茶	今川焼き(抹茶) お茶	手作りわらび餅 お茶	いちごマフィン 紅茶	あずきかん お茶	
夕食	ふりかけご飯 お好み焼き 高野豆腐の煮物 味噌汁(なめこ・わかめ)	ご飯 肉じゃが 小松菜のごま和え 吸い物(切麩、玉ねぎ)	ご飯 鶏の生姜煮 炒り豆腐 吸い物(大根、ねぎ)	ご飯 豚肉のスタミナ炒め 三色なます 味噌汁(南瓜、玉ねぎ)	ご飯 マーボ豆腐 しゅうまい 中華スープ	ご飯 豚肉と白菜の煮物 春雨の酢の物 味噌汁(オクラ、しめじ)	ご飯 ふくさ玉子焼き 小芋の煮ころがし 吸い物(もろみん、ねぎ)
朝食	若菜雑炊 じゃが芋のスープ煮 みかん缶 牛乳	中華風雑炊 からし菜とあげの煮浸し 味噌汁(玉ねぎ、人参) 牛乳	さつま芋粥 三度豆のソテー 味噌汁(揚げ、玉ねぎ) 牛乳	さげ雑炊 ブロッコリーのドレッシング和え パイナップル 牛乳	カニ雑炊 チンゲン菜の和え物 味噌汁(大根、人参) 牛乳	梅粥 菜の花の煮浸し 味噌汁(オクラ、えのき) 牛乳	ちりめん雑炊 じゃが芋の煮物 味噌汁(豆腐、ねぎ) 牛乳
昼食	ご飯 豚肉と野菜のオニスタ炒め 白菜のポン酢和え 味噌汁(しめじ、麩)	ご飯 鯖の竜田揚げ ピーマンのツナ炒め 吸い物(豆腐、とろろ)	若菜おにぎり 味噌ラーメン 中華サラダ 乳酸菌飲料	ご飯 鶏の照り焼き ぬた和え かきたま汁	焼き豚チャーハン 春巻き 白菜の中華サラダ ワンタンスープ	ご飯 ミートロケットとカニクリーム ヨーグルトサラダ ミネストローネ	他人丼 南瓜のいとこ煮 真だくさん味噌汁 しば漬
おやつ	トラロール 紅茶	クレープ(カスタード) コーヒー	フルーツ寒 紅茶	ホットケーキ コーヒー	どら焼き お茶	ベビーシュークリーム 紅茶	
夕食	ご飯 さわらの照り焼き もやしのゆかり和え 吸い物(花麩、カクレ)	ご飯 タンダリー風チキン カリフラワーのさつと煮 コンソメスープ	ご飯 白身魚のとろろ蒸し 三色酢の物 味噌汁(巻麩、ねぎ)	ご飯 豚肉の味噌炒め 白和え 吸い物(えのき、豆腐)	ご飯 さごしの無付 干切煮 味噌汁(わかめ、麩)	ご飯 鶏大根 白菜としめじのレモン和え 味噌汁(もろみん、ねぎ)	ご飯 鯉のムニエル カリフラワーの胡麻酢和え 味噌汁(しめじ、わかめ)
朝食	玉子雑炊 ウィンナーソテー 白桃缶 牛乳	ぼたて粥 ブロッコリーのごま和え 味噌汁(ササガキ、ねぎ) 牛乳	鶏雑炊 菊菜の和え物 味噌汁(玉ねぎ、人参) 牛乳	きのご雑炊 フレンチサラダ あんず缶 牛乳	あずき粥 炒り玉子 味噌汁(麩、わかめ) 牛乳	雑炊 菜の花のおかか和え 味噌汁(玉ねぎ、人参) 牛乳	カニ雑炊 チンゲン菜の煮浸し 味噌汁(大根、ねぎ) 牛乳
昼食	ご飯 鮭のマスタード焼き コールスローサラダ コンソメスープ	ご飯 酢豚風 チンゲン菜の中華和え 中華スープ	☆お誕生日メニュー☆ オムライスデミソース アスパラのシーザーサラダ コンソメスープ オレンジ	わかめご飯 タラの信州蒸し 人参のツナ炒め 味噌汁(小芋、ねぎ)	春野菜カレーライス 野菜サラダ 福神漬 フルーツヨーグルト	ご飯 八宝菜 チヂミ 中華スープ	ご飯 和風ハンバーグ 胡瓜の酢の物 味噌汁(なす、ねぎ)
おやつ	どら焼き 紅茶	チョコマフィン 紅茶	抹茶ときな粉のケーキ コーヒー	クリームワッフル 紅茶	桜のあずきかん お茶	焼きドーナツ コーヒー	
夕食	ご飯 和風ポークソテー 菊菜の煮浸し 赤だし(巻麩、ねぎ)	ご飯 厚揚げの甘辛味噌炒め 白菜のカニ風味和え 吸い物(大根、とろろ)	ご飯 鯉の塩焼き 金平レンコン お吸い物(花麩・カイワレ大根)	ご飯 牛肉の野菜炒め がんと冬瓜の煮物 吸い物(菜の花、鰯系卵)	ご飯 田舎煮 小松菜の和え物 味噌汁(豆腐、ねぎ)	ご飯 メバルのホイル焼き 春雨サラダ 吸い物(はんぺん、とろろ)	ご飯 ポークチャップ ツナサラダ ジュリアンスープ
朝食	中華風雑炊 ミニオムレツ カクテルフルーツ 牛乳	鶏雑炊 野菜サラダ 味噌汁(玉ねぎ、大根菜) 牛乳	南瓜粥 カリフラワーのおかか和え 味噌汁(玉ねぎ、えのき) 牛乳	<div style="text-align: center;"> <h2>3月のお食事</h2>  </div>			
昼食	ご飯 あじの南蛮漬 白菜のしば漬和え 味噌汁(小芋、ねぎ)	ご飯 手作りお好み焼き ひじき煮 赤だし(なめこ、わかめ)	ゆかりおにぎり ためきそば 茄子とささみの和え物 乳酸菌飲料				
おやつ	ミニたい焼き お茶	プリンアラモード コーヒー	牛乳寒天 お茶				
夕食	ご飯 肉豆腐 胡瓜の酢の物 吸い物(オクラ、玉ねぎ)	ご飯 ハマチの生姜煮 菊菜のごま和え 味噌汁(玉ねぎ、揚げ)	ご飯 鶏の照り焼き 冬瓜のカニあんかけ 味噌汁(大根、みつば)				

★予定献立の為、都合により献立を変更する場合があります。