

杉の郷 4月献立表

			4月1日(水)	4月2日(木)	4月3日(金)	4月4日(土)	
朝 昼 夕			ヴォールベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	ご飯 厚焼玉子 ふりかけ みそ汁(味噌汁の華)	ヴォールベパン 牛乳 ヨーグルト	バターロールパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	
			オムライス ポパイサラダ オニオンコンソメスープ	ご飯 ハムカツ ツナサラダ マカロニのミネストローネ	カレーライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 鮭のポテトフレーク焼き 新玉ねぎとエビのサラダ 菜の花の豆乳みそ汁	
			ご飯 そら おかず (豆腐ハンバーグ) みそ汁(さつま芋、小松菜)	ご飯 そら おかず (キーマカレー) 豆苗スープ	ご飯 そら おかず (鶏肉の西京焼き) ほうれん草スープ	ご飯 五目豆 ほうれん草のピーナツ和え もやしのナポリタン	
4月5日(日)		4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)
朝 昼 夕	バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	ご飯 厚揚げの彩りあんかけ ふりかけ みそ汁(味噌汁の華)	オリエンタルペーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	ヴォールベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	ご飯 ミニオムレツ ふりかけ みそ汁(味噌汁の華)	ヴォールベパン 牛乳 ヨーグルト	バターロールパン コーヒー牛乳 ヨーグルト
	焼きうどん かにかまサラダ 大根のみそ汁	ご飯 津ぎょうざ れんこんサラダ 豆腐スープ	ゆかりごはん ひき肉入りぎせい豆腐 カラフルサラダ 白菜クリーム煮	ご飯 回鍋肉 いんげんとにんじんのナムル ユイミータン	混ぜ込み稲荷 揚げじゃがいものそぼろ煮 甘夏サラダ 清汁(玉子豆腐)	高野豆腐のそぼろ丼 キャベツとささみのゴマ酢和え 新たまねぎの味噌汁	ご飯 さわらの甘みそかけ 小松菜海苔和え 卵スープ
	鶏ねぎ塩丼 枝豆さらだ すまし汁(そうめん)	ご飯 さばのみそ煮 マカロニサラダ 厚揚げのお好み焼き風	ご飯 そら おかず (豚キムチ) ごまみそ汁	ご飯 そら おかず (鶏肉のフリカッセ) みそ汁(かぼちゃ、ネギ)	ご飯 そら おかず (鮭の塩焼き) 中華野菜スープ	ご飯 そら おかず (タコライス) もやしスープ	ご飯 白身魚のチリソースかけ ハリハリ大根 若竹煮
4月12日(日)		4月13日(月)	4月14日(火)	4月15日(水)	4月16日(木)	4月17日(金)	4月18日(土)
朝 昼 夕	バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	ご飯 鶏肉と白菜のみぞれ煮 ふりかけ みそ汁(味噌汁の華)	オリエンタルペーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	ヴォールベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	ご飯 ミニほうれん草オムレツ ふりかけ みそ汁(味噌汁の華)	ヴォールベパン 牛乳 ヨーグルト	バターロールパン コーヒー牛乳 ヨーグルト
	バターロールパン あさりのスープパスタ ハムサラダ コーヒーゼリー	ご飯 豆腐のまご揚げ 春雨とキャベツのさっぱりあえ のっぺい汁	親子丼 ひじきサラダ 春野菜スープ	こんぶのたきこみごはん もやしと豚バラ炒め リャンパン 清汁(うずら卵)	バーベキュー	ハヤシライス 花野菜のマリネ フルーツポンチ	ご飯 豚肉と枝豆のカスレ風 切り干し大根のピリ辛サラダ ワントンスープ
	ご飯 豚肉とレンコンの梅いため 茎わかめサラダ 蒸しシューマイ	ご飯 赤魚のハーブソース 油揚げの大根ボン酢 新じゃが粉ふきいも	ご飯 そら おかず (サバ照焼き) みそ汁(そうめん、ねぎ)	ご飯 そら おかず (カニクリームコロッケ) カレースープ	ご飯 そら おかず (肉団子の甘酢あん) 春雨スープ	ご飯 そら おかず (鶏みそ焼き) えび団子汁	ご飯 高野とうずら卵の五目煮 酢みそ和え ニンジンシリシリ
4月19日(日)		4月20日(月)	4月21日(火)	4月22日(水)	4月23日(木)	4月24日(金)	4月25日(土)
朝 昼 夕	バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	ご飯 豆乳がんもの煮物 ふりかけ みそ汁(味噌汁の華)	オリエンタルペーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	ヴォールベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	ご飯 だし巻き卵 ふりかけ みそ汁(味噌汁の華)	ヴォールベパン 牛乳 ヨーグルト	バターロールパン コーヒー牛乳 ヨーグルト
	ご飯 おくずかけ かぼちゃサラダ スタミナ納豆	ワカメ御飯 おでん スパゲッティサラダ	ご飯 ポークハンバーグ マセドアンサラダ 鶏肉ワカメスープ	ご飯 まぐろのオーロラ煮 新玉ねぎとエビのサラダ あさり入り豆乳味噌汁	ご飯 春キャベツのとんべい焼き インディアンサラダ 白湯スープ	ビビンバ丼 ささみと切干大根のごま酢あえ ハムコンソメスープ	ご飯 鶏ひき肉の松風焼き キャベツの中華サラダ 沢煮椀
	ご飯 しいらの蒲焼き カラフルピクルス ミニ肉団子	ご飯 まぜまぜチャーハンの具 野菜のからしごまあえ 焼ぎょうざ	ご飯 そら おかず (ラトウイユ) 野菜スープ	ご飯 そら おかず (油淋鶏) 飛鳥汁	ご飯 そら おかず (白身魚の天ぷら和風あん) まいたけとわかめのスープ	ご飯 そら おかず (えびチリと海鮮焼売) なすのスープ野菜	ご飯 厚揚げの卵とじ 梅こんぶ和え ガーリックポテト
4月26日(日)		4月27日(月)	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)		
バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	ご飯 鶏肉と根菜の黒酢あんかけ ふりかけ みそ汁(味噌汁の華)	オリエンタルペーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	ヴォールベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	ご飯 厚焼玉子 ふりかけ みそ汁(味噌汁の華)			
ご飯 さわらのケチャップソース 小松菜とひじきの白和え ミニ醤油ラーメン	たけのこ御飯 ちくわカツ さやいんげんのサラダ クッパ	ご飯 キムチとさつま揚げの卵煮 春キャベツのマカロニサラダ 野菜スープ	揚げパン(きなこ) 豚肉と野菜のコンカームシチュー チョレギサラダ 牛乳寒天	ご飯 揚げ豆腐のなめこ御 りっちゃんサラダ チキンのカレースープ			
ご飯 とりすき 枝豆ともやしわさび和え 野菜ソテー	ご飯 チリコンカン はるさめサラダ ソーセージと小松菜のオイスター炒め	ご飯 そら おかず (鮭マヨネーズ焼き) 赤だし	ご飯 そら おかず (蒸し鶏) 白菜スープ	ご飯 そら おかず (サバの塩焼き) 野菜と豆のスープ			