

◆◆◆献立表◆◆◆

2024年4月		カメリア桜ヶ丘		《常食》			
4/1(月)		4/2(火)	4/3(水)	4/4(木)	4/5(金)	4/6(土)	4/7(日)
朝食	米飯 味噌汁(さといも) 生姜天と大根の煮物 菜の花のハムマヨ和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(絹さや) 厚焼き玉子 切干大根の煮物 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ) ソーセージ入り野菜ソテー 納豆 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(えのき) かぶのそぼろ煮 ブロッコリーのピーナツ和え のり佃煮 ヨーグルト	クリームパン ポタージュスープ ミニ野菜ハンバーグ・盛り合わせ フルーツ ヨーグルト	米飯 味噌汁(なす) ホッケの塩焼き キャベツの生姜和え つけもの ヨーグルト	米飯 味噌汁(わかめ) 高野豆腐の卵とじ 菜の花のわさび和え ふりかけ ヨーグルト
昼食	米飯 味噌汁(もやし) あじの黒酢あん ぜんまいの煮物 さつま芋きんとん フルーツ	ロコモコ丼 スープ(ほうれん草) ポテトチーズ焼き カリフラワーのマリネ フルーツ 井の日	米飯 味噌汁(大根) 鰹の山椒煮 金平ごぼう 青梗菜のからし和え フルーツ	山菜中華ちまき 桜エビと春キャベツの中華スープ 海老マヨ 春野菜添え 鯛のお刺身上海風 桜の豆花 ★4月のイベント★	米飯 味噌汁(油揚げ) 赤魚の煮付け さつま芋の大学芋風 青菜の磯和え フルーツ	あさりうどん コロケ ほうれん草のくみみと和え 苺ミルクプリン 麺の日	米飯 すまし汁(とろろ昆布) 豚肉の葱塩炒め 厚揚げときのこのゆずそぼろあん ブロッコリーのカレーマヨ和え フルーツ
おやつ	たいやき	よもぎまんじゅう	フリーカットケーキ ミルクレーブ	栗まんじゅう	ロールケーキ(メロン)	どら焼き	乳菓まんじゅう
夕食	米飯 すまし汁(とろろ昆布) 塩だれチキン 竹輪のチャンプル 白菜の梅ドレ和え	米飯 すまし汁(かまぼこ) 鮭のちゃんちゃん焼 大豆と切り昆布の煮物 小松菜のおかか和え	米飯 味噌汁(青菜) 豚肉ときのこの和風おろし かぼちゃの煮物 煮豆	米飯 味噌汁(じゃがいも) 鶏肉のトマトソース ほうれん草とコーンのソテー マカロニサラダ	米飯 中華スープ(玉子) 五目豆腐 れんこんの味噌炒め 大根の梅ざーサイ和え	米飯 すまし汁(鮭) 鶏肉のごま味噌焼き 里芋の土佐煮 白菜の甘酢和え	米飯 味噌汁(玉ねぎ) カレーの照り焼き 青梗菜とさつま揚げの煮物 ごま豆腐
	4/8(月)	4/9(火)	4/10(水)	4/11(木)	4/12(金)	4/13(土)	4/14(日)
朝食	米飯 味噌汁(豆腐) 和風スクランブルエッグ 春菊のごま和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(鮭) はんぺんのふわふわ煮 ささみのゆかり和え 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(さつま芋) オムレツ キャベツのドレッシング和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(なす) 里芋とさつま揚げの煮物 納豆 漬物 ヨーグルト	バターロール スープ(セロリ・コーン) ナポリタン風ソテー盛り合わせ フルーツ ヨーグルト	米飯 味噌汁(もやし) 揚げポールの煮物 ほうれん草の和え物 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(小松菜) 肉詰めいなりの煮物 ブロッコリーとカリフラワーの和え物 漬物 ヨーグルト
昼食	米飯 すまし汁(かまぼこ) 銀ひらすの甘酢あん がんもの煮物 ほうれん草のなめたけ和え フルーツ	筋入りチキンカレー 福神漬け らっきょう 豆腐サラダ フルーツヨーグルト カレーの日	米飯 味噌汁(ほうれん草) 和風ミートローフ 茄子の煮浸し はくさいのしそ実和え フルーツ	米飯 スープ(玉ねぎ) 鮭のチーズ焼き 冬瓜のコンソメ煮 ポテトサラダ フルーツ	米飯 味噌汁(竹輪・長葱) 鶏肉のごま焼き シーチキンとかぶの煮物 カリフラワーのピーナツ和え フルーツ	米飯 すまし汁(とろろ昆布) 鮭の生姜煮 ごぼうとこんにやくの炒め物 きのこの白和え フルーツ	米飯 すまし汁(鮭) 豚肉の山椒炒め ぜんまいの煮物 あさりと玉ねぎの酢味噌和え フルーツ
おやつ	チョコケーキ	チーズ蒸しケーキ	今川焼(カスタード)	豆乳きなこプリン	バナナケーキ	ドームケーキカスタード	ソフトサラダ
夕食	米飯 スープ(きゃべつ) 鶏肉のピザ焼き かぶのクリーム煮 かぼちゃサラダ	米飯 味噌汁(なめこ) たらのおろしあんかけ うの花 とろろ芋	米飯 味噌汁(もやし) ムツの香味ダレ ふきの煮物 菜の花のハムマヨ和え	米飯 味噌汁(油揚げ) 豚肉のすき焼き風 ブロッコリーのソテー ゆずなます	米飯 すまし汁(はんぺん) 鮭のカレームニエル 小松菜と玉子のソテー インゲンのくるみ和え	米飯 味噌汁(里芋) 鶏肉の治部煮 ピーマンの炒め物 たまご豆腐	米飯 味噌汁(ごぼう) 五目玉子焼き さつまいものオレンジ煮 菜の花の辛子和え
	4/15(月)	4/16(火)	4/17(水)	4/18(木)	4/19(金)	4/20(土)	4/21(日)
朝食	米飯 味噌汁(たまねぎ) 里芋のそぼろ煮 オクラの和え物 梅干し ヨーグルト	米飯 味噌汁(じゃがいも) さんまのみぞれ煮 白菜のゆかり和え 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(大根) 三色高野の煮物 春菊のお浸し ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(さといも) 車麩の煮物 とろろ芋ゆず風味 漬物 ヨーグルト	食パン スープ(キャベツ) 肉団子のケチャップ炒め盛り合わせ フルーツ ヨーグルト	米飯 味噌汁(もやし) 生姜天とかぶの煮物 菜の花のおかか和え 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(鮭) 鮭の塩焼き 小松菜のごま和え のり佃煮 ヨーグルト
昼食	焼きそば 中華スープ(玉子) えびにらまんじゅう 海草サラダ マンゴープリン 麺の日	米飯 スープ(セロリ・マッシュルーム) スペイン風オムレツ ズッキーニのソテー キャベツと蒸し鶏のサラダ フルーツ	米飯 味噌汁(油揚げ) カレーのから揚げ さつまいもの昆布煮 菜の花のかにマヨ和え フルーツ	春の三色丼 若竹汁 厚揚げの味噌炒め ひじきとオクラの和え物 いちごパエリア	米飯 すまし汁(とろろ昆布) 鮭の味噌煮 ピーマン炒め 青梗菜の生姜和え フルーツ	米飯 すまし汁(とろろ昆布) タンダリーチキン ほうれん草のコーンクリーム煮 ごぼうサラダ フルーツ	米飯 味噌汁(さつまいも) 親子煮 たけのこのバター炒め 春菊のピーナツ和え フルーツ
おやつ	さつま芋饅頭	りんごのタルト	ドーナツ	フリーカットケーキ オペラ	小倉あんパイ	オレンジケーキ	やわらかおかし
夕食	米飯 すまし汁(えのき) 和風きのこハンバーグ レンコンの金平 切り干し大根のサラダ	米飯 中華スープ(青梗菜) 家常豆腐 しゅうまい もやしのざーサイ和え	米飯 味噌汁(ほうれん草) 鶏肉と冬瓜の煮物 柚子風味 スナックえんどうのバターソテー もずくの酢の物	米飯 スープ(コーン・水菜) 鮭のチーズパン粉焼き ほうれん草のソテー 豆サラダ	米飯 味噌汁(しめじ) 鶏肉の山椒焼き なすの煮浸し 和風ポテトサラダ	米飯 味噌汁(豆腐) むつの梅煮 もやしの炒め物 煮豆	米飯 すまし汁(かまぼこ) 豆腐のチャンプル ひじき煮 里芋のずんだがけ
	4/22(月)	4/23(火)	4/24(水)	4/25(木)	4/26(金)	4/27(土)	4/28(日)
朝食	米飯 味噌汁(わかめ) 生揚げの煮物 青梗菜のわさび和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(しいたけ) 厚焼き玉子 野菜ソテー ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(さつま芋) はんぺん磯辺焼 アスパラの和え物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(豆腐) 目玉焼き 魚肉ソーセージ炒め のりつく ヨーグルト	米飯 味噌汁(さといも) がんもの煮物 納豆 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(鮭) 大根のシーチキン煮 白菜のドレッシング和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(小松菜) 魚河岸の煮物 温泉たまご 漬物 ヨーグルト
昼食	たけのこご飯 豚汁 鮭の粕漬焼き きゃべつとちくわのたらこ和え 抹茶パエリア 混ぜごはん	米飯 スープ(ほうれん草) 煮込みハンバーグ ズッキーニのソテー ブロッコリーのタルタルヨーグルトサラダ フルーツ	米飯 スープ(コーン・マッシュルーム) 鮭のラビコットソース かぼちゃのクリーム煮 ひじきのサラダ フルーツ	米飯 わかめスープ 牛肉と春雨の中華炒め 海老ボールのチリソース 青梗菜のドレッシング和え フルーツ	米飯 味噌汁(小松菜) 干草焼き レンコンの煮物 酢の物 フルーツ	米飯 味噌汁(なす) 豚肉の生姜醤油炒め かぼちゃの煮物 豆のサラダ フルーツ	米飯 すまし汁(はんぺん) プリの照り焼き 高野豆腐の煮物 カリフラワーの酢味噌和え ごまプリン
おやつ	しっとりまんじゅう	ソフトクレープ	シフォンケーキ	星たべよ	キャラメルプリン	フリーカットケーキ オレンジ	マドレーヌ
夕食	米飯 スープ(セロリ・ピーマン) 鶏肉のコーンチーズ焼き ジャーマンポテト 白菜のフレンチサラダ	米飯 すまし汁(とろろ昆布) 赤魚の香り蒸し ごぼうのしぐれ煮 なすときゅうりの梅味噌和え	米飯 すまし汁(かまぼこ) 豚肉のバターしょうゆ炒め 青菜の煮浸し 漬付け	米飯 味噌汁(油揚げ) 鮭の幽庵焼き さつま芋の甘煮 土佐酢和え	米飯 すまし汁(はんぺん) 肉団子の豆乳煮 じゃがいもの金平 菜の花の白和え	米飯 中華スープ(春雨) 麻婆豆腐 水餃子 もやしのナムル	米飯 味噌汁(さつまいも) 鶏肉の塩焼焼き 山菜と冬瓜の煮物 ほうれん草のなめたけ和え
	4/29(月)	4/30(火)					
朝食	米飯 味噌汁(大根・葉大根) 肉団子の甘辛煮 春菊のからし和え 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(舞茸・長葱) さつま芋のそぼろ煮 オクラの和え物 漬物 ヨーグルト					
昼食	パンバイキング 鶏肉のガーリックマトクリーム煮 野菜ジュース ミモザサラダ フルーツ 焼きたてパンバイキング	米飯 味噌汁(かぼちゃ) 銀ひらすの香味焼き ほうれん草のソテー いんげんのごまマヨ和え フルーツ					
おやつ	ミルクまんじゅう	クリームコンフェ					
夕食	米飯 味噌汁(ほうれん草) たらきのこソース 炒り豆腐 とろろ芋の青じそ和え	米飯 味噌汁(はくさい) 鶏肉の柚子胡椒焼き じゃがいもの煮物 もずくの酢の物					