
































予定献立表

令和 7年 4月 21日 ~ 令和 7年 4月 30日

日	朝食	昼食	夕食
21(月)	ごはん みそ汁 青菜のオイスターソース炒め ふりかけ イチゴヨーグルト 	ごはん 鯖の味噌煮 野菜椀 白菜の酢の物 フルーツ 	ごはん 豆腐の五目煮 肉団子 ほうれん草サラダ 
22(火)	ごはん みそ汁 親子煮 佃煮 牛乳 	ハヤシライス カニサラダ アロエのヨーグルト和え 	ごはん 鮭の塩焼き 大根のこってり煮 アスパラの白和え 
23(水)	ごはん みそ汁 青菜の炒め物 佃煮 牛乳 	ごはん かきあげ みそ汁 白菜のお浸し フルーツ 	ごはん マーボーナス ビーフソテー ユカリ和え 
24(木)	ごはん みそ汁 厚あげの煮物 ふりかけ 乳酸菌飲料 	赤飯 鯖の木の芽味噌焼き すまし汁 青菜とコーンの和え物 フルーツ 	ごはん ポテトオムレツ 糸切昆布煮つけ 大根サラダ 
25(金)	ごはん みそ汁 アスパラの塩炒め ふりかけ 牛乳 	やきうどん(代替えは八宝菜) 玉子スープ グリーンサラダ デザートムース 	ごはん カレー風味の肉豆腐 里芋の味噌田楽 みぞれ和え 
26(土)	ごはん みそ汁 オムレツ ふりかけ 牛乳 	ごはん 肉団子の酢豚風 豆腐湯(トウフウタン) さつまいもサラダ フルーツ 	ごはん カレーのおろし煮 もやしのゴマ油炒め 長芋のあえ物 
27(日)	ごはん みそ汁 野菜のソテー 佃煮 牛乳 	たけのこ御飯 ふくさ焼き 沢煮椀 青菜のポン酢和え フルーツ 	ごはん 焼き肉 えび餃子 ナムル 
28(月)	雑炊 じゃが芋のおかかソテー つけもの プルーンヨーグルト 	ごはん フライの盛り合わせ 季節のみそ汁 野菜のピクルス フルーツ 	ごはん 鶏肉の柳川風煮 青菜のさっと煮 五色和え 
29(火)	ごはん みそ汁 キャベツとハムのソテー 佃煮 牛乳 	ごはん 豚の角煮 中華スープ 海草サラダ フルーツ 	ごはん 鯖の梅肉焼き 芋金平 青菜のごま和え 
30(水)	ごはん みそ汁 ひじき煮 ふりかけ 牛乳 	サンドイッチ(代替えは白身魚のピカタ) コーンスープ コールスローサラダ ジョア 	ごはん 豆腐の肉味噌かけ なすの田舎煮 切干大根の酢の物 