

2024年4月



山水園 献立表



| | 4月1日(月) | 4月2日(火) | 4月3日(水) | 4月4日(木) | 4月5日(金) | 4月6日(土) | 4月7日(日) |
|------------|---|---|--|--|--|---|--|
| 朝食 | 食パン ポトフ風 大根サラダ カルシウム牛乳 | 御飯／しそふりかけ さつま揚げの甘辛煮 小松菜のおかか和え みそ汁（南瓜・葱） カルシウム牛乳 | 御飯 ミートボール ほうれん草のごま和え みそ汁（もやし・かぶの葉） カルシウム牛乳 | 御飯 野菜炒め ブロッコリーとツナのサラダ みそ汁（玉葱・なめこ） カルシウム牛乳 | 御飯 納豆 インゲンとさつま揚げの炒り煮 味噌汁（じゃが芋・みつば） カルシウム牛乳 | 御飯 お魚豆腐の煮物 春菊のごま和え 味噌汁（冬瓜・もやし） カルシウム牛乳 | 御飯 がんもの煮物 青梗菜のお浸し 味噌汁（玉葱・うずまき麩） カルシウム牛乳 |
| 昼食 | 桜ちらし 白身魚の和風ムニエル 菜の花の辛し和え 味噌汁（冬瓜・椎茸） フルーツ缶（パイナップル） | 御飯 さばの味噌煮 れんこんきんぴら お吸い物（素麺・貝割れ菜） フルーツ缶（りんご） | 御飯 ビーフカレー 香の物（福神漬・らっきょう） フレンチサラダ フルーツ（バナナ） | 御飯 めだいの和風ムニエル 小松菜ともやしの和え物 味噌汁（油揚げ・油揚げ） フルーツ缶（マンゴー） | わかめそば 大学いも フルーツ缶（白桃） | ピース御飯 ぶりの照り焼き 菜の花のお浸し 味噌汁（しめじ・ほうれん草） フルーツ（オレンジ） | 麦ご飯 鶏肉の柚子しょうゆソース ごぼうの炒り煮 味噌汁（冬瓜・大根葉） フルーツ（バナナ） |
| おやつ | 桜ゼリー | ドームケーキ | いちごフルーチェ | カスタードケーキ | レモンケーキ | たい焼き | 酒まんじゅう |
| 夕食 | 御飯 豚肉のゆずしょうゆ炒め 焼きちくわの甘辛煮 みそ汁（オクラ・えのき） | 御飯 鶏肉のハニーマスタード焼き マカロニのケチャップソテー コンソメスープ（畑菜・コーン） | 御飯 メンチカツ アスパラサラダ みそ汁（卵、みつ葉） | 御飯 豚肉のにんにく醤油炒め きゅうりの酢の物 味噌汁（ほうれん草・えのき） | 御飯 千草焼き 和風あん 冬瓜の土佐煮 味噌汁（かぶ菜・白菜） | 御飯 松風焼き 里芋の煮物 吸物（はんぺん・貝割れ菜） | 御飯 めばるの生姜煮 豚肉と大根の炒め物 味噌汁（しろな・野菜つみれ） |

山水園

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



| | 4月8日(月) | 4月9日(火) | 4月10日(水) | 4月11日(木) | 4月12日(金) | 4月13日(土) | 4月14日(日) |
|------------|--|---|---|--|--|--|--|
| 朝食 | 御飯 スクランブルエッグ ほうれん草のなめたけ和え みそ汁（里芋・絹さや） カルシウム牛乳 | 御飯 厚焼き玉子 いんげんのピーナッツ和え みそ汁（うずまき麩・貝割れ菜） カルシウム牛乳 | 御飯 いわしの蒲焼き 大根のごま醤油和え みそ汁（南瓜・しめじ） カルシウム牛乳 | 御飯 野菜つみれの煮物 春菊の和え物 みそ汁（じゃが芋・若布） カルシウム牛乳 | 御飯 がんもと冬瓜の煮物 なすの和風ドレッシング和え みそ汁（えのき・水菜） カルシウム牛乳 | 御飯 荒野豆腐と里芋の含め煮 ほうれん草とかまぼこの和え物 みそ汁（さつま芋、かぶ菜） カルシウム牛乳 | 御飯 魚肉ソーセージとピーマンの炒め煮 オクラのお浸し みそ汁（南瓜・葱） カルシウム牛乳 |
| 昼食 | 御飯 あじの漬け焼き 厚揚げのくず煮 みそ汁（大根・葱） フルーツ缶（みかん） #REF! | 御飯 揚げ鶏のタルタルソース 和風サラダ みそ汁（青梗菜・豆腐） フルーツ缶（黄桃） #REF! | 御飯 白身魚のトマトソースかけ さつま芋サラダ コンソメスープ（レタス・コーン） フルーツ（キウイ） #REF! | 中華丼 焼きビーフン 中華スープ（冬瓜・チンゲン菜） フルーツ缶（マンゴー） #REF! | 御飯 とんかつ 大根サラダ お吸物（野菜つみれ、葱） フルーツ（オレンジ） #REF! | 御飯 ほっけの塩焼き かぶときゅうりの浅漬け みそ汁（うまい菜・椎茸） フルーツ缶（カクテル） #REF! | 麦ご飯 豚肉のごま味噌炒め 白菜のナムル 中華スープ（春雨・貝割れ菜） フルーツ缶（黄桃） #REF! |
| おやつ | 季節の和菓子（枝桜） | パイゼリー | 黒糖蒸しパン | いちごのロールケーキ | 味噌まんじゅう | チョコクレープ | せんべい |
| 夕食 | 御飯 回鍋肉 春雨サラダ 中華スープ（もやし・水菜） | 御飯 カレーのおろし煮 なすのみそ炒め すまし汁（はんぺん・かぶ菜） | 御飯 鶏肉の塩麴焼き 春キャベツのコールスローサラダ みそ汁（玉葱・椎茸） | 御飯 さばの煮付け もずく酢 みそ汁（卵・三つ葉） | 御飯 豆腐ハンバーグ 白菜のゆかり和え みそ汁（おつゆ麩・大根葉） | 御飯 和風卵焼き いんげんのそぼろ炒め みそ汁（もやし、うずまき麩） | 御飯 野菜コロッケ ほうれん草の和え物 みそ汁（にら・もやし） |

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



| | 4月15日(月) | 4月16日(火) | 4月17日(水) | 4月18日(木) | 4月19日(金) | 4月20日(土) | 4月21日(日) |
|------------|---|--|--|--|--|--|--|
| 朝食 | 御飯 炒り豆腐 いんげんのごま醤油和え みそ汁（若布・長葱） カルシウム牛乳 | 御飯／卵ふりかけ さつま揚げと白菜の治部煮 きゅうりとワカメの和え物 みそ汁（キャベツ・大根葉） カルシウム牛乳 | 御飯 野菜炒め 温泉卵 みそ汁（小松菜・うずまき麩） カルシウム牛乳 | 御飯 納豆 チンゲン菜炒め みそ汁（里芋・絹さや） カルシウム牛乳 | 御飯 大根と鶏肉の煮物 ポテトサラダ みそ汁（玉葱・しめじ） カルシウム牛乳 | 御飯 和風ミートボール しらすと青菜の生姜和え みそ汁（冬瓜・豆苗） カルシウム牛乳 | ロールパン2種 かぶのクリーム煮 いんげんのピーナッツ和え カルシウム牛乳 |
| 昼食 | 御飯 チキンカレー 春キャベツのサラダ 香の物（福神漬・らっきょう） フルーツ缶（りんご） | 御飯 めぬけの香味焼き ふきと筍の煮物 お吸物（素麺・水菜） フルーツ缶（みかん） | 御飯 肉豆腐 竹輪としろなの煮浸し みそ汁（豆腐・豆苗） フルーツ缶（マンゴー） | 御飯 さわらのみりん焼き ごぼうの甘辛炒め みそ汁（キャベツ・えのき） フルーツ（オレンジ） | 麦ご飯 揚げ豆腐の野菜あん 小松菜の錦糸和え みそ汁（白菜・オクラ） フルーツ缶（カクテル） | 御飯 さわらの梅肉焼き 茄子とピーマンの炒め物 お吸物（蒲鉾・若布） フルーツ缶（黄桃） | 御飯 ポークケチャップ カリフラワーのピクルス コンソメスープ（ほうれん草・コーン） フルーツ缶（パイナップル） |
| おやつ | きみしぐれ | 今川焼き | 蒸しパン | シュークリーム | メロンムース | 豆乳プリン | 抹茶ワッフル |
| 夕食 | 御飯 銀だらのみそ焼き ひじきの煮物 お吸物（はんぺん・豆苗） | 御飯 ミートローフ カリフラワーサラダ コンソメスープ（ほうれん草・しめじ） | 御飯 さばの生姜煮 もやしの和え物 みそ汁（さつま芋・葱） | 御飯 かに入り卵焼き 和風あん なすの含め煮 みそ汁（うまい菜・おつゆ麩） | 御飯 あじのみそ焼き かぶとつみれの炊き合わせ お吸物（卵・貝割れ菜） | 御飯 鶏肉のチーズ焼き 里芋の煮っころがし みそ汁（もやし・水菜） | 御飯 めだいの塩麴焼き 五目豆腐 みそ汁（じゃが芋・みつば） |

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



| | 4月22日(月) | 4月23日(火) | 4月24日(水) | 4月25日(木) | 4月26日(金) | 4月27日(土) | 4月28日(日) |
|------------|--|---|---|--|--|---|---|
| 朝食 | 御飯 チキンオムレツ もやしのおかか和え みそ汁(南瓜・えのき) カルシウム牛乳 | 御飯 肉詰めいなりの煮物 オクラの生姜和え みそ汁(小松菜・油揚げ) カルシウム牛乳 | 御飯 だし巻卵 カリフラワーの辛子マヨ和え みそ汁(しろ菜・おつゆ麩) カルシウム牛乳 | 御飯 いかつみれの煮物 青菜のお浸し みそ汁(大根・大根葉) カルシウム牛乳 | ご飯 高野豆腐の煮物 キャベツとしらすの和え物 みそ汁(里芋・葱) カルシウム牛乳 | 御飯 じゃが芋のそぼろ煮 もやしのドレッシング和え みそ汁(うまい菜・えのき) カルシウム牛乳 | 御飯 さつま揚げとかぶの煮物 白菜の海苔和え みそ汁(南瓜・葱) カルシウム牛乳 |
| 昼食 | 御飯 さばの漬け焼き ぜんまい炒り煮 みそ汁(キャベツ・豆苗) フルーツ缶(みかん) |  御飯 青椒肉絲 しろ菜のナムル 中華スープ(春雨・ニラ) | 御飯 白身魚の香味蒸し かぶの含め煮 みそ汁(豆腐・葱) フルーツ(洋なし) | 【郷土料理(岩手県)】 岩手町焼きうどん 昆布と大豆の煮付け フルーツ缶(りんご) | 御飯 さわらの照り焼き 白菜の煮浸し みそ汁(かぶ・かぶの葉) フルーツ(オレンジ) | コッペパン・ごまパン ビーフシチュー サラダ フルーツ缶(マンゴー) | 御飯 さわらの南蛮漬け 蒲鉾とほうれん草の和え物 みそ汁(畑菜・おつゆ麩) フルーツ缶(黄桃) |
| おやつ | クリームパン | バームクーヘン | かすてら饅頭 | ウエハース | 焼きドーナツ(チョコ) | レアチーズ風ムース | バームクーヘン |
| 夕食 | 麦ご飯 鶏肉のごま醤油焼き ひじきの五目煮 みそ汁(里芋・絹さや) | 御飯 白身魚の揚げびたし きんぴられんこん みそ汁(しめじ・若布) | 御飯 豚肉の生姜焼き 南瓜の甘煮 みそ汁(さつま芋・絹さや) | 御飯 さばの山椒煮 ベーコンともやしの炒め物 みそ汁(南瓜・絹さや) | 御飯 チキンピカタ マカロニサラダ コンソメスープ(アスパラ・白アスパラ) | 御飯 豆腐ステーキの野菜あんかけ あさりと小松菜の炒め煮 みそ汁(さつま芋・玉葱) | 麦ご飯 ハンバーグ トマトソース ブロッコリーサラダ コンソメスープ(冬瓜・豆苗) |

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



| | 4月29日(月) | 4月30日(火) | 1月0日(土) | 1月0日(土) | 1月0日(土) | 1月0日(土) | 1月0日(土) |
|------------|--|---|---------|---------|---------|---------|---------|
| 朝食 | 御飯 えびの卵とし キャベツのサラダ みそ汁(しめじ・油揚げ) カルシウム牛乳 | 御飯/カツオふりかけ とりつくね 春菊のお浸し みそ汁(玉葱・若布) カルシウム牛乳 | | | | | |
| 昼食 | 御飯 麻婆豆腐 餃子 中華スープ(チンゲン菜・人参) フルーツ(バナナ) | 御飯 赤魚のみりん焼き 小松菜のわさび和え みそ汁(かぶ・豆苗) フルーツ缶(みかん) | | | | | |
| おやつ | 味噌まんじゅう | ドームケーキ(カスタード) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 夕食 | 御飯 クリームコロッケ ベーコンとほうれん草のソテー コンソメスープ(レタス・コーン) | 御飯 チキンケチャップ スパゲッティ・サラダ コンソメスープ(アスパラ・白アスパラ) | | | | | |

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。