

# 2023年4月



# 山水園 献立表



	4月1日(土)	4月2日(日)	4月3日(月)	4月4日(火)	4月5日(水)	4月6日(木)	4月7日(金)
<b>朝食</b>	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煮浸し 味噌汁（じゃが芋・みつば） カルシウム牛乳	御飯 厚揚げの煮物 春菊のごま和え 味噌汁（冬瓜・水菜） 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
<b>昼食</b>	山菜ご飯 豚肉のゆず醤油炒め 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 小松菜の和え物 味噌汁（絹さや・油揚げ） フルーツ缶（マンゴー）	ピース御飯 さわらの照り焼き 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）	わかめそば 大学いも フルーツ缶（白桃）	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）
<b>おやつ</b>	季節の和菓子（枝桜）	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
<b>夕食</b>	御飯 さわらのみりん焼き なすの揚げびたし 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（さつま芋・絹さや）	御飯 豚肉のにんにく醤油炒め きゅうりの酢の物 味噌汁（キャベツ・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 味噌汁（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。



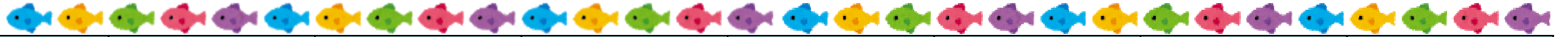
	4月8日(土)	4月9日(日)	4月10日(月)	4月11日(火)	4月12日(水)	4月13日(木)	4月14日(金)
<b>朝食</b>	御飯 スクランブルエッグ ほうれん草のなめたけ和え みそ汁(里芋・絹さや) カルシウム牛乳	御飯 厚焼き玉子 いんげんのピーナッツ和え みそ汁(うずまさ麩・貝割れ菜) カルシウム牛乳	御飯 いわしの蒲焼き 大根のごま醤油和え みそ汁(里芋・しめじ) カルシウム牛乳	御飯 野菜つみれの煮物 春菊の和え物 みそ汁(じゃが芋・若布) カルシウム牛乳	御飯 がんもと冬瓜の煮物 なすの和風ドレッシング和え みそ汁(えのき・水菜) カルシウム牛乳	御飯 魚肉ソーセージとピーマンの炒め煮 ほうれん草と蒲鉾の和え物 みそ汁(さつま芋・かぶの葉) カルシウム牛乳	御飯 京がんもと里芋の含め煮 オクラのお浸し みそ汁(南瓜・葱) カルシウム牛乳
<b>昼食</b>	御飯 あじの漬け焼き 厚揚げのくず煮 みそ汁(さつま芋・葱) フルーツ缶(みかん)	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)	御飯 ほきのトマトソースかけ さつま芋サラダ コンソメスープ(アスパラ・白アスパラ) フルーツ(キウイ)	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)	【福島県 郷土料理】 御飯 ロースとんかつ ひき菜炒り ざくざく フルーツ(オレンジ)	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)	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)
<b>おやつ</b>	モカスイスロール	せんべい	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	パインゼリー
<b>夕食</b>	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・貝割れ菜)	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 野菜コロッケ ほうれん草の和え物 みそ汁(もやし・にら)	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 チキンチャップ スパゲティサラダ コンソメスープ(レタス・コーン)	御飯 さばの煮付け もずく酢 みそ汁(みつば・卵)

・ 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(土)	4月16日(日)	4月17日(月)	4月18日(火)	4月19日(水)	4月20日(木)	4月21日(金)
<b>朝食</b>	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
<b>昼食</b>	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 しいらの梅肉焼き 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)	豚丼 きざみ昆布の炒り煮 みそ汁(畑菜・おつゆ麩) フルーツ(バナナ)
<b>おやつ</b>	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
<b>夕食</b>	御飯 銀だらのみそ焼き ひじきの煮物 お吸物(野菜つみれ・水菜)	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(土)	4月23日(日)	4月24日(月)	4月25日(火)	4月26日(水)	4月27日(木)	4月28日(金)
<b>朝食</b>	御飯 チキンオムレツ もやしのドレッシング和え 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 じゃが芋のそぼろ炒め 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 いかつみれの煮物 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
<b>昼食</b>	御飯 さわらの漬け焼き ぜんまい炒り煮 みそ汁(豆腐・葱) フルーツ缶(みかん)	御飯 ポークチャップ 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)	御飯 白身魚の香味蒸し かぶの含め煮 みそ汁(キャベツ・豆苗) フルーツ(メロン)	きつねうどん 筑前煮 フルーツ缶(洋梨)	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)
<b>おやつ</b>	クリームパン	せんべい	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
<b>夕食</b>	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 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 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 豚肉の生姜焼き かぼちゃの甘煮 みそ汁(卵・みつば)	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(土)	4月30日(日)	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)
<b>朝食</b>	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					
<b>昼食</b>	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 あじのみりん焼き 小松菜のわさび和え みそ汁(かぶ・豆苗) フルーツ缶(みかん)					
<b>おやつ</b>	味噌まんじゅう	桜餅風デザート	○	○	○	○	○
<b>夕食</b>	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 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)					

・ 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。