

2021年4月

月間献立表

| | (月) | (火) | (水) | (木) | (金) | (土) | (日) |
|----|--|--|--|--|--|--|--|
| 日付 | | | | 4/1 | 4/2 | 4/3 | 4/4 |
| 朝 | | | | 半片卵とじ ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | ほうれん草煮浸し ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | チンゲン菜煮浸し のり佃煮 mixみそ汁 牛乳 | 五目揚煮付け たい味噌 mixみそ汁 牛乳 |
| 昼 | | | | 赤魚酒蒸し 糸コン金平 さつま芋サラダ 味噌汁(赤) | ハヤシライス がんも煮 レタスサラダ ゼリー | 豚ニラ炒め ブロッコリーかにかんかけ スパゲティサラダ 吸物 | 鮭香味焼き 菜種和え しらすパソテー バナナ |
| 夕 | | | | 鶏肉照焼き キヌサヤごまよごし カリフラワーマト煮 洋梨 | 鯖の塩焼き 大根えびあん 小松菜ピーナツ和え かす汁 | さわらと水菜みぞれ煮 もやしナムル かきあげ フルーツ(みかん缶) | 麻婆豆腐 青糸昆布炒め煮 カリフラワーゆかり和え 吸物 |
| 日付 | 4/5 | 4/6 | 4/7 | 4/8 | 4/9 | 4/10 | 4/11 |
| 朝 | 玉葱と竹輪煮 ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | 小松菜干えび煮 ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | 雑炊 昆布豆佃煮 mixみそ汁 牛乳 | 玉子とじ ふりかけ 味噌汁(Mix) 牛乳 | ひじき煮 ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | ごぼう天煮付け のり佃煮 mixみそ汁 牛乳 | 里芋煮付け たい味噌 味噌汁(Mix) 牛乳 |
| 昼 | 牛肉しぐれ煮 茄子炒め インゲン梅マヨ和え 味噌汁(白) | わかめごはん 醤油ラーメン エビシューマイ 中華サラダ | チキンおろしソース ふき信田煮 春雨中華和え 味噌汁(Mix) | ぶり梅風味焼き 筍土佐煮 酢味噌和え 吸物 | 鶏肉小松菜オイスター炒め 蓮根と大豆の煮物 ブロッコリー和えもの 味噌汁(赤) | 味ごはん 赤魚と野菜蒸し 海藻サラダ 豚汁 | 白身魚南蛮漬け さつま芋グラッセ ミモザサラダ 吸物 |
| 夕 | ぶりの山椒焼き 里芋鶏煮 法蓮草のお浸し キウイフルーツ | 豆腐の和風煮 大根スープ煮 ハムサラダ 味噌汁(Mix) | さば味噌煮 小松菜ツナ煮 長芋磯和え 黄桃 | 豚肉の香味たれかけ カリフラワーサラダ じゃが芋カレー風味煮 バナナ | 鯖マヨネーズ焼き チンゲンサイ和え物 金平ごぼう オレンジ | 鶏肉カレー風味 ぜんまい炒め煮 南瓜サラダ ゼリー | 豚肉と大根煮 シューマイ チンゲン菜ピーナツ和え 洋梨 |
| 日付 | 4/12 | 4/13 | 4/14 | 4/15 | 4/16 | 4/17 | 4/18 |
| 朝 | 青糸昆布炒め煮 ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | 厚焼玉子 ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | 食パン スクランブルエッグ コーンスープ 牛乳 | 白菜煮 ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | はんぺん煮付け ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | ブロッコリー干しえび煮 のり佃煮 mixみそ汁 牛乳 | えびしんじょ煮 たい味噌 mixみそ汁 牛乳 |
| 昼 | エビときのこのピラフ インゲン甘辛炒め 胡瓜梅マヨ和え コンソメスープ | 鶏肉のデミソース 小松菜とさつまあげ煮 野菜の和え物 オレンジ | 白身魚のマッシュグリン キヌサヤソテー たけのこ味噌和え 吸物 | 鯖きのこあんかけ 南瓜クリーム煮 ブロッコリー中華和え 味噌汁(Mix) | 散らし寿司 筑前煮 お浸し 吸物 | シーフードフライ 白菜中華煮 菜の花お浸し ローリー | ゆかり御飯 伊勢うどん スナックえんどうゴマ和え 五目豆煮 |
| 夕 | 肉じゃが 法蓮草お浸し キャベツ炒め フルーツ(みかん缶) | 鮭ごま風味焼き 五目大豆煮 ビーフソテー 味噌汁(赤) | 豚肉おろし煮 水餃子 白菜おかか和え 黄桃 | 肉味噌豆腐 大根うま煮 もやしごま和え 洋梨 | 回鍋肉 じゃが芋煮 なます フルーツ(マンゴー) | 鱈味噌漬焼き 肉団子スープ煮 サラダ 吸物 | 豚肉の野菜蒸し 絹揚げ煮 マセドアンサラダ キウイフルーツ |
| 日付 | 4/19 | 4/20 | 4/21 | 4/22 | 4/23 | 4/24 | 4/25 |
| 朝 | カリフラワー和え物 ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | インゲン金平 ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | 雑炊 金時豆佃煮 mixみそ汁 牛乳 | チンゲン菜信田煮 ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | 玉子とじ ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | 肉団子うま煮 のり佃煮 mixみそ汁 牛乳 | ひら天煮 たい味噌 mixみそ汁 牛乳 |
| 昼 | さわら西京焼き ひじき煮 マカロニサラダ 吸物 | オープンオムレツ コロケ インゲンピーナツ和え 味噌汁(白) | 鰯ムニエル 大根とベーコン炒め 菜の花お浸し 具沢山味噌汁 | 刺身 ニラ玉炒め 胡瓜甘酢和え 吸物 | 鱈マヨネーズ焼き きのこ甘辛炒め 筍酢味噌和え 味噌汁(Mix) | ハンバーグ さつま芋レーズン煮 玉子サラダ オレンジ | かつ丼 金平ごぼう フルーツヨーグルト 味噌汁(赤) |
| 夕 | ポトフ きのこソテー ブロッコリーコーン バナナ | さば塩焼き 法蓮草と半片の煮浸し カリフラワーマリネ 味噌汁(Mix) | 豆腐の和風煮 春雨ごま風味炒め ミモザサラダ ゼリー | 牛肉厚揚げすき焼き風 野菜炒め ブロッコリー香り酢かけ フルーツ(みかん) | 麻婆茄子 ギョーザスープ煮 胡瓜玉葱和え フルーツ(マンゴー) | さけの竜田揚げ がんも煮 白菜ごま酢和え なめこ汁 | めばる煮付け 炒り豆腐 酢の物 ローリー |
| 日付 | 4/26 | 4/27 | 4/28 | 4/29 | 4/30 | | |
| 朝 | 小松菜と竹輪煮 ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | 里芋煮 ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | ロールパン ミニオムレツ コーンスープ 牛乳 | 半片卵とじ ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | ほうれん草煮浸し ふりかけ mixみそ汁 牛乳 | | |
| 昼 | 赤飯 天ぶら盛り合わせ 炊き合わせ 茶碗蒸し | 酢鶏(酢豚風) 菜の花ソテー 春雨サラダ バナナ | 牛丼 筍土佐煮 小松菜ごまマヨネーズ和 味噌汁(赤) | チキン味噌マヨ焼き もやしと胡瓜の生姜和え 大根中華煮 吸物 | わかめごはん 肉うどん 五目揚煮付け 切干大根甘酢和え | | |
| 夕 | 赤魚煮付け 豆腐田楽 キヌサヤごまマヨ和え ゼリー | ブリ照焼き 玉子豆腐 大根中華サラダ 吸物 | 干草焼き カリフラワーマト煮 大豆サラダ 黄桃 | カレイ生姜煮 ジャーマンポテト オニオンライス 洋梨 | 豆腐の蒲焼風 南瓜ミルク煮 レタスサラダ フルーツ(みかん缶) | | |