

# ひなまつり御膳

桜ちらし寿司

赤魚の彩り野菜あんかけ

柚子胡椒から揚げ

菜の花と生ハムのサラダ

すまし汁

いちごババロア

特別養護老人ホーム 矢那梅の香園  
令和三年三月三日



# 2021年4月 献立表

		4/1(木)		4/2(金)		4/3(土)		4/4(日)																																						
朝食		米飯	味噌汁(油揚げ、なす)	温泉卵	小松菜のお浸し	梅干	牛乳	米飯	味噌汁(しめじ、ねぎ)	野菜とちくわの煮物	菜の花の生姜和え	梅干	牛乳																																	
昼食		海鮮塩ラーメン	ニラ饅頭	中華サラダ	オレンジジュース	野菜ジュース	米飯	すまし汁(とろろ、かいわれ)	さわらの西京焼き	茄子のカニあんかけ	ほうれん草の胡麻和え	フルーツ(黄桃缶)	米飯	中華スープ(木耳、青梗菜)	チキン南蛮	じゃがいもの味噌炒め	カリフラワーサラダ	フルーツ(洋ナシ缶)																												
夕食		米飯	すまし汁(わかめ、絹さや)	メバルのくるみ味噌焼き	春菊の炒め物	佃煮	米飯	中華スープ(なると、コーン)	豚肉の中華煮	春雨のソテー	漬物	米飯	味噌汁(えのき、葉大根)	鱈の照り焼き	切り昆布炒め煮	あみ佃煮	米飯	すまし汁(花魁、いんげん)	親子煮	もずく酢	煮豆																									
		4/5(月)		4/6(火)		4/7(水)		4/8(木)		4/9(金)		4/10(土)		4/11(日)																																
朝食	米飯	味噌汁(キャベツ、まいたけ)	焼きさつまあげ	大根のゆかり和え	たいみそ	ショア	米飯	味噌汁(にら、えのき)	ハムと野菜炒め	白菜ツナ和え	のり佃煮	ヨーグルト	米飯	すまし汁(かいわれ、湯葉)	鶏つくねの煮物	小松菜のお浸し	のり佃煮	ショア	ロールパン	ポタージュ	スクランブルエッグ	れんこんの明太和え	牛乳	米飯	味噌汁(しめじ、油揚げ)	納豆	いわしつみれ煮	ヨーグルト	米飯	味噌汁(里芋、ねぎ)	三色いなりの煮物	小松菜のささみ和え	ふりかけ	ショア	米飯	味噌汁(なす、たまねぎ)	肉団子の煮物	白菜の湯葉和え	梅びしお	ヨーグルト						
昼食	米飯	すまし汁(筍、水菜)	揚げだし豆腐野菜あんかけ	きのこあさりのソテー	ポテトサラダ	青りんごゼリー	バターコンライス	コンソメスープ(もやし、マッシュルーム)	タンダーチキン	じゃが芋とベーコンのソテー	トマトとレタスのサラダ	フルーツ(キウイ)	米飯	枝豆と油揚げの炊込み御飯	ニラ玉スープ	春キャベツたっぷり回鍋肉	鯖のオリーブオイル焼き	菜の花の胡麻マヨ和え	苺ムース	米飯	すまし汁(花魁、青葱)	カレーのんにく焼き	ロールキャベツ	スナッペンえんどうのおかか和え	フルーツ(パイナップル)	米飯	すまし汁(茄子、豆腐)	牛肉の細切り炒め	ふろふき大根	マカロニサラダ	バナナババロア	米飯	中華スープ(わかめ、かいわれ)	麻婆豆腐	たけのこ炒め物	春雨と木耳のサラダ	フルーツ(黄桃缶)	米飯	すまし汁(あおさ、豆苗)	カレーのみぞれ煮	さつま芋のバター煮	オクラの辛子味噌和え	フルーツ(マンゴー)			
夕食	米飯	味噌汁(茗荷、わかめ)	カレーの煮付け	レンコンの炒めもの	漬物	米飯	味噌汁(冬瓜、キヌサヤ)	赤魚のさらさ蒸し	大根の浅漬け	煮豆	米飯	味噌汁(あおさ)	サバの香味焼き	さつま芋のレモン煮	漬物	米飯	味噌汁(南瓜、玉葱)	チキンソテー	オクラとトマトの生姜和え	昆布佃煮	米飯	味噌汁(エリンギ、にら)	鮭の塩焼き	小松菜のしらす炒め	漬物	米飯	すまし汁(なると、青梗菜)	白身魚のタルタル焼き	けんちん炒め	あみ佃煮	米飯	中華スープ(木耳、なると)	かに玉	キャベツとわかめのナムル	煮豆											
		4/12(月)		4/13(火)		4/14(水)		4/15(木)		4/16(金)		4/17(土)		4/18(日)																																
朝食	米飯	味噌汁(豆腐、かいわれ)	はんぺん黄身焼き	菜の花のわさび和え	のり佃煮	ヨーグルト	米飯	味噌汁(南瓜、絹さや)	納豆	ほうれん草の炒め物	牛乳	米飯	味噌汁(豆腐、かいわれ)	はんぺん黄身焼き	菜の花のわさび和え	のり佃煮	ヨーグルト	米飯	味噌汁(とうもろこし、わかめ)	魚肉ソーセージソテー	カリフラワーサラダ	梅干	牛乳	食パン	コンソメスープ(青梗菜、ハム)	オムレツ	アスパラのサラダ	ヨーグルト	米飯	味噌汁(ねぎ、なめこ)	さんま蒲焼	もやしの梅和え	ゆずみそ	牛乳	米飯	味噌汁(白菜、絹さや)	さつま揚げのたまごとし	きのこわかめの和え物	たいみそ	牛乳	米飯	味噌汁(青ネギ・さつま芋)	海老団子の煮物	アスパラのサラダ	ふりかけ	ヨーグルト
昼食	米飯	すまし汁(とろろ、茗荷)	ハンバーグのカレー風味ソース	こんにゃくの炒め煮	ブロッコリーのサラダ	フルーツ(キウイ)	米飯	中華コンソメスープ	八宝菜	里芋とふきのごま煮	もやしの中華和え	フルーツ(杏仁缶)	チャーハン	中華スープ(白菜・春雨)	餃子のキムチ煮	キャベツとツナの和え物	フルーツカクテル	米飯	すまし汁(あおさ、三つ葉)	タラの竜田揚げ	スナッペンエンドウと帆立の炒め物	白菜とせりのわさび醤油和え	抹茶ゼリー	米飯	すまし汁(とろろ昆布・柚子)	豚肉とビーフソテー	南瓜の甘煮	ブロッコリーのサラダ	フルーツ(バナナ)	米飯	味噌汁(鮭、春菊)	とんかつ	カリフラワーの炒め物	かぼちゃのサラダ	フルーツ(洋ナシ缶)	米飯	すまし汁(豆苗、ゆば)	鮭の粕漬焼き	冬瓜のカニあんかけ	もずく酢	パインムース					
夕食	米飯	春雨スープ(春雨、ねぎ)	太刀魚の柚子胡椒味噌焼	ザーサイの炒め物	昆布佃煮	米飯	味噌汁(葉大根、なめこ)	さば塩焼き	いんげんのソテー	あみ佃煮	米飯	味噌汁(里芋、三つ葉)	豚肉の塩ダレ炒め	たまねぎと竹輪の酢の物	昆布佃煮	米飯	味噌汁(エリンギ、青ねぎ)	肉じゃが	山羊のボン酢和え	漬物	米飯	味噌汁(もやし・ニラ)	千草焼き	ぜんまいの煮物	鶏レバー	米飯	すまし汁(卵豆腐、三つ葉)	さわらの塩麹焼き	ひじき煮	あみ佃煮	米飯	味噌汁(えのき、わかめ)	牛皿	なすのスタミナ炒め	昆布佃煮											
		4/19(月)		4/20(火)		4/21(水)		4/22(木)		4/23(金)		4/24(土)		4/25(日)																																
朝食	レーズンパン	コンソメスープ(野菜ミックス、人参)	野菜とウィンナーのソテー	ピーズサラダ	牛乳	米飯	味噌汁(ジャガイモ、三つ葉)	厚焼きたまご	白菜のおかか和え	梅干	ヨーグルト	米飯	味噌汁(なめこ、玉葱)	納豆	キャベツのソテー	牛乳	米飯	味噌汁(まいたけ、たまねぎ)	豆乳つみれの煮物	ほうれん草のなめたけ和え	ふりかけ	牛乳	米飯	味噌汁(筍、ねぎ)	厚揚げの煮物	温泉玉子	のり佃煮	ショア	米飯	味噌汁(油揚げ、豆腐)	かんぱちハンバーグ	春菊と竹輪の和えもの	たいみそ	ヨーグルト	黒糖ロール	コンソメスープ	ベーコンと卵のソテー	もやし和え	ショア							
昼食	米飯	すまし汁(かまぼこ、水菜)	さば香味焼き	うの花	フキのささみ和え	苺ババロア	米飯	シーフードカレー	フレンチサラダ	フルーツ(マンゴー)	ショア	米飯	味噌汁(鮭、ねぎ)	鶏肉の山椒焼き	刻み昆布煮	そら豆のツナマヨサラダ	フルーツ(オレンジ)	米飯	けんちんうどん	ニラ饅頭	オクラの柚子和え	バナナヨーグルト	米飯	パンキンソープ	豚肉の生姜焼	ザーサイ炒め	サラダスパゲティ	フルーツ(白桃缶)	米飯	中華スープ(ハム、きくらげ)	麻婆茄子	シュウマイ	帆立と胡瓜の中華風和え	フルーツ(キウイ)	米飯	わかめスープ(わかめ、ネギ)	フライ盛り合わせ	菜の花のソテー	きのこのおろし和え	フルーツ(バナナ)						
夕食	わかめご飯	味噌汁(しめじ、青ネギ)	おでん風煮	いんげんのソテー	レバー甘露煮	米飯	味噌汁(なす、水菜)	豚肉のマスタード炒め	小松菜の海苔和え	漬物	米飯	コンソメスープ(ほうれん草、人参)	カレーのムニエル	ポークピーズ	昆布佃煮	米飯	味噌汁(エリンギ、かいわれ)	チキンチャップ	野菜マリネ	煮豆	米飯	すまし汁(あおさ、みょうが)	鱈のえびみそ焼き	菜の花のおろし和え	漬物	米飯	味噌汁(わかめ、かいわれ)	たらと野菜のバター醤油焼き	キャベツのサラダ	漬物	米飯	味噌汁(なめこ、玉葱)	あんかけせいで豆腐	アスパラのピーナツ和え	昆布佃煮											
		4/26(月)		4/27(火)		4/28(水)		4/29(木)		4/30(金)																																				
朝食	米飯	味噌汁(しめじ、青ねぎ)	納豆	がんもと根菜の煮物	牛乳	米飯	すまし汁(とろろ、絹さや)	卵みそ	大根サラダ	のり佃煮	牛乳						米飯	味噌汁(里芋、水菜)	はんぺん黄身焼き	冷やしとろろ	梅干し	ヨーグルト	米飯	味噌汁(白菜、オクラ)	高野豆腐の煮物	いんげんの辛子和え	たいみそ	牛乳	米飯	味噌汁(かぼちゃ、油揚げ)	いわしの生姜煮	もやしの梅サラダ	ゆずみそ	ヨーグルト												
昼食	米飯	ココス(マッシュルーム、人参)	クリームシチュー(非常食)	マカロニと野菜のカレー炒め	豆腐サラダ	フルーツカクテル	米飯	コンソメスープ	チーズハンバーグデミグラスソース	じゃが芋のソテー	ツナサラダ						フルーツ(キウイ)	米飯	すまし汁(あおさ、豆苗)	白菜の煮浸し	ほうれん草のくるみ和え	抹茶ババロア	米飯	すまし汁(ねぎ、玉子豆腐)	鮭の西京焼き	豆腐の高菜あんかけ	たぬき柚子胡椒長芋	フルーツ(黄桃缶)	米飯	卵スープ(卵、青ねぎ)	メンチカツ	カリフラワーのコンソメ煮	白菜ゆかり和え	青りんごゼリー												
夕食	米飯	すまし汁(かまぼこ、大根菜)	メバルの磯風味焼き	小松菜の塩昆布炒め	佃煮	米飯	味噌汁(鮭、ほうれん草)	ホッケのみりん漬け焼き	ブロッコリーと湯葉の和えもの	漬物	米飯	味噌汁(かぼちゃ、大根菜)	フリ大根	里芋と糸こんにゃくの炒め煮	煮豆	米飯	すまし汁(花魁、葉大根)	鶏肉の治部煮	切り昆布のなめたけ和え	漬物	米飯	すまし汁(茄子、三つ葉)	厚揚げときのこの辛味噌炒め	しらすおろし	レバー																					

発注・仕入等の都合により、献立が変更になる場合があります。