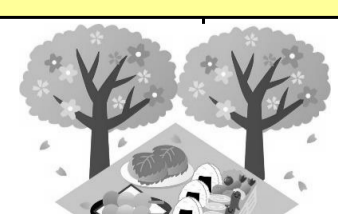


2020年4月

献立表

レジデンスケアララさくら

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
昼						
			赤飯 鮭の西京焼き 大根のくずあんかけ 菜の花の辛子和え すまし汁	鶏のレモンペッパー焼き マカロニサラダ ごはん コーンスープ フルーツ	天ぷら オクラとめかぶの和え物 漬物 ごはん 味噌汁	秋刀魚の塩焼き 高野豆腐の煮物 いんげんの胡麻和え ごはん 味噌汁
夕						
			肉団子の甘酢あんかけ ぜんまいの煮物 ほうれん草のナムル ごはん 中華スープ	赤魚の煮付け 卵焼き 白菜のおかか和え ごはん 味噌汁	牛皿煮 竹の子かつお煮 酢の物 ごはん 味噌汁	豚肉の生姜炒め 海老シューマイ 甘酢和え ごはん 味噌汁
5	6	7	8	9	10	11
昼						
鶏肉のおろし煮 厚揚げの煮物 春菊としめじの浸し ごはん 味噌汁	エビマヨ ほうれん草と平天の煮物 春雨サラダ ごはん 中華スープ	わかめごはん 卵あんかけうどん ゆず大根 黒糖くず餅	鱈のしそ香味焼き 野菜豆ごった煮 酢の物 ごはん 味噌汁	散らし寿司 筍とわらびの昆布煮 赤だし フルーツ	チキンピカタ 切り干し大根煮 南瓜サラダ ごはん 味噌汁	焼肉丼 白菜ゆかり和え 中華卵スープ フルーツ
夕						
かに玉あんかけ 青梗菜の油炒め 白菜のレモン酢和え ごはん ワカメスープ	☆お誕生日会☆ 特別メニュー🎵	牛肉の味噌野菜炒め ひじき煮 ブロッコリーの胡麻ポン酢和え ごはん すまし汁	五目豆腐 茄子挟み揚げ 小松菜とシラスの山椒和え ごはん 味噌汁	鱈のソテーハニーソース れんこんきんぴら もやしの甘酢和え ごはん 味噌汁	鯖の竜田揚げ 里芋のそぼろ煮 オクラのおかか和え ごはん 味噌汁	ホキの味噌焼き さつま芋の甘露煮 もずく酢 ごはん すまし汁
12	13	14	15	16	17	18
昼						
おでん ほうれん草の胡麻和え 漬物 ごはん 味噌汁	麻婆豆腐 イカフライ 胡瓜のザーサイ和え ごはん 中華スープ	鱈の唐揚げ がんもどきの煮物 緑野菜の湯葉和え ごはん 味噌汁	手ごねハンバーグ ポテトサラダ ごはん コーンスープ 珈琲ゼリー	鶏の治部煮 真だら子旨煮 酢の物 ごはん 味噌汁	味噌ラーメン 春巻き 漬物 ごはん フルーツ	鮭の幽庵焼き 南瓜のそぼろあん 胡麻豆腐 ごはん 味噌汁
夕						
太刀魚の南蛮漬け焼き 卵の花煮 白菜の昆布和え ごはん 味噌汁	豚肉の塩だれ炒め じゃが芋の煮物 酢の物 ごはん 味噌汁	牛肉の卵とじ 揚げ茄子の甘辛煮 ほうれん草となめ茸和え ごはん 味噌汁	カレイの煮付け きんぴらごぼう 青梗菜の辛子和え ごはん 味噌汁	ハムポテトチーズフライ 白菜の煮浸し もやしのゆかり和え ごはん 味噌汁	和風ロールキャベツ ほうれん草とベーコンソテー シルバーサラダ ごはん 佃煮	豚肉と白菜の煮物 海老カツ 甘酢和え ごはん 味噌汁
19	20	21	22	23	24	25
昼						
鶏のはちみつ照り焼き きのこのきんぴら オクラの胡麻和え ごはん 味噌汁	天ぷら 大根なます 漬物 ごはん 味噌汁	梅ちりめんごはん お好み焼き カリフラワーと卵のサラダ 味噌汁	鯖の塩焼き 揚げだし豆腐 白菜の胡麻和え ごはん のっぺい汁	チキン南蛮 ごぼう煮合い ほうれん草のおかか和え ごはん 味噌汁	巻き寿司 いなり寿司 ふわふわ豆腐の煮物 赤だし 抹茶水ようかん	豚しゃぶカレー ビーフンサラダ 福神漬け フルーツ
夕						
鱈の味噌煮 青梗菜のソテー 茄子とみょうがのジュレ ごはん すまし汁	鱈のバジルソース焼き 小松菜と平天の煮物 ごぼうサラダ ごはん 味噌汁	牛肉の甘辛炒め煮 酢の物 白花豆 ごはん 味噌汁	十八穀ごはん とろろそば 鶏つくね甘辛焼き フルーツ	豚肉と厚揚げの煮物 さんまの甘露煮 彩りおさつ ごはん 味噌汁	クリームコロッケ 大根と竹輪の煮物 いんげんのそぼろ和え ごはん 味噌汁	秋刀魚の梅煮 揚げ茄子の味噌炒め 甘酢和え ごはん すまし汁
26	27	28	29	30		
昼						
カレイの唐揚げ 里芋の田楽 八彩しそ酢和え ごはん すまし汁	肉豆腐 ねばねば和え 金時豆 ごはん 味噌汁	ホキの西京焼き 小松菜と厚揚げの煮物 お豆の胡麻ドレサラダ ごはん かき玉汁	釜揚げしらす丼 豚肉の梅しそカツ 酢の物 すまし汁	白身魚フライ ほうれん草の旨煮 大根の香味野菜和え ごはん 味噌汁		
夕						
八宝菜 シューマイ 青梗菜のナムル ごはん 中華スープ	太刀魚の塩焼き 椎茸の肉詰め キャベツの和え物 ごはん 味噌汁	炒り鶏 ピーマンと竹輪のきんぴら 胡瓜の浅漬け ごはん 味噌汁	鮭の照り焼き 高野豆腐の卵とじ ごぼうそぼろ和え ごはん 味噌汁	豚肉と小芋の生姜煮 青梗菜炒め煮 甘酢和え ごはん 味噌汁		

※ メニューは変更になる場合があります。