2026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 鰆の柚子焼き ひじき煮 豆腐のきのこあんかけ 味噌汁	鶏のおろし煮 コールスロー チャプチェ ご飯 味噌汁	クリームシチュー 野菜オムレツ サラダ ご飯	牛肉の甘辛炒め煮 卵豆腐 白菜の煮物 ご飯 味噌汁
夕						
			かに玉 肉団子 ブロッコリーの辛し和え ご飯 味噌汁	赤魚の西京焼き 青梗菜のコンソメ煮 酢の物 ご飯 味噌汁	鱈の煮つけ 蒸し鶏のごまドレ和え 金時豆 ご飯 味噌汁	白身フライ うまい菜の煮浸し 焼きナス ご飯 味噌汁
5	6	7	8	9	10	11
昼						
玉子丼 牛蒡のそぼろ和え 酢の物 味噌汁	ちらし寿司 若竹煮 フルーツ すまし汁	鶏肉のレモンペッパー焼き 青梗菜と平天煮 キャベツの和え物 ご飯 味噌汁	天ぷら わけぎの酢味噌和え 漬物 ご飯 味噌汁	イタリアメニュー 	鮭の照り焼き 茄子のみぞれ和え うまい菜の煮浸し ご飯 味噌汁	たちうおの梅煮 ピーマンとじゃこの炒め物 椎茸のエビ詰め ご飯 味噌汁
夕						
赤魚のよもぎ味噌かけ ふきの白和え 桜ようかん ご飯 味噌汁	豚肉大根煮 ブロッコリーの和え物 白身魚の豆腐揚げ ご飯 味噌汁	めばるの煮つけ 青梗菜のおかか和え こんにゃくと蓮根のピリ辛炒め ご飯 味噌汁	カレイのあんかけ 厚揚げ煮 オクラの胡麻和え ご飯 味噌汁	肉野菜炒め ほうれん草のお浸し 彩りビーンズマリネ ご飯 味噌汁	柳川卵とじ 酢の物 切り干し大根煮 ご飯 味噌汁	豆腐ハンバーグ 春筍の旨煮 かぼちゃサラダ ご飯 味噌汁
12	13	14	15	16	17	18
昼						
お好み焼き ナムル フルーツ ご飯 味噌汁	カレーライス 海藻サラダ コーヒーゼリー	ホキの西京焼き 菜の花の辛し和え なすの煮浸し ご飯 味噌汁	牛皿煮 大根香味 青梗菜としめじの浸し ご飯 味噌汁	豆ごはん 鯖の塩焼き 高野豆腐の卵とじ 酢の物 味噌汁	チキン南蛮 冷やっこ 小松菜の旨煮 ご飯 味噌汁	豚肉の生姜炒め ポテトサラダ 冬瓜と揚げの煮物 ご飯 味噌汁
夕						
ぶりの照り焼き 豆の煮物 ほうれん草のピーナッツ和え ご飯 味噌汁	五目豆腐 オクラめかぶ かぼちゃコロッケ ご飯 味噌汁	鶏の治部煮 玉子焼き もやしの和え物 ご飯 味噌汁	赤魚の煮付け ピーマンとちくわのきんぴら 卵の花煮 ご飯 味噌汁	ロールキャベツ はんぺんチーズ ブロッコリーのツナ和え ご飯	カレイの煮付け 柚子和え 3種のおばんざい ご飯 味噌汁	鱈のムニエル 彩りおさつ おかか和え ご飯 味噌汁
19	20	21	22	23	24	25
昼						
赤魚のおろし煮 もずく酢 キャベツのごまダレ和え ご飯 味噌汁	たちうお南蛮漬け しゅうまい かぼちゃの煮物 ご飯 味噌汁	春野菜の天ぷら うまい菜の煮浸し 佃煮 ご飯 味噌汁	山菜そば かにふわ豆腐 酢の物 ご飯 味噌汁	八宝菜 茄子のねぎソース 大学芋 ご飯 中華スープ	巻き寿司 いなり寿司 青梗菜の煮浸し 水ようかん 赤だし汁	鮭のタルタル焼き 大根のうすくずあんかけ ほうれん草の白和え ご飯 味噌汁
夕						
ハンバーグチーズソース 大根洋風煮 カリフラワーと小松菜浸し ご飯 味噌汁	鶏肉の幽庵焼き ちくわときゅうりのおかかマヨ 彩り高野の煮物 ご飯 味噌汁	鯖の味噌煮 菜種和え 白菜と人参の甘酢和え ご飯 味噌汁	お誕生日メニュー 	鱈のきのこあんかけ きゅうりの梅肉和え つくね ご飯 味噌汁	肉豆腐 貝柱フライ なます ご飯 味噌汁	豚肉と里芋の生姜煮 ブロッコリーのおかか和え きんぴらごぼう ご飯 味噌汁
26	27	28	29	30		
昼						
エッグフライ きゅうりの酢味噌かけ 揚げなすの甘辛煮 ご飯 味噌汁	カレイのムニエル シルバーサラダ 甘酢和え ご飯 味噌汁	おでん イカフライ お浸し ご飯 味噌汁	豚肉ともやしの オイスター炒め グリーンピースの卵とじ ゆず大根 ご飯　味噌汁	焼き鳥丼 菜の花のお浸し パンナコッタ 味噌汁		
夕						
にしん生姜煮 豆乳がんもの含め煮 キャベツとコーンの浸し ご飯 味噌汁	麻婆豆腐 青梗菜のナムル ブロッコリーとエビ ご飯 味噌汁	たちうおの薬味醤油 ほうれん草の旨煮 いんげんの胡麻和え ご飯 味噌汁	あじの漬け焼き しろ菜とちくわの煮浸し マカロニサラダ ご飯 味噌汁	揚げだし豆腐の 野菜あんかけ 酢の物 おさつ甘露 ご飯　味噌汁		

※　メニューは変更になる場合があります。