

予 定 献 立 表

【 常食 】 の メニュー

※B食を選択された場合+110円（税込み）を頂きます

26年3月23日 ~ 26年3月29日

		3/23 (月)	3/24 (火)	3/25 (水)	3/26 (木)	3/27 (金)	3/28 (土)	3/29 (日)
朝	A (基本)献立	米飯200 味噌汁 五彩豆腐ハンバーグ オクラのごま和え 鰹ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 いわしうめ煮 切干大根煮 海苔佃煮 牛乳	米飯200 味噌汁 ふんわり五目 小松菜のお浸し 鯛味噌 牛乳	米飯200 味噌汁 ミートボール チンゲン菜のソテー 卵ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 ふんわり角天 春菊とゆばの煮浸し いりこみそ 牛乳	米飯200 味噌汁 和風スクランブル ブロッコリーのごま和え 鮭ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 いわしかつお煮 ほうれん草のお浸し 梅びしお 牛乳
	B (特別)献立 110円追加							
昼		米飯200 焼き魚(鯖) 里芋の田楽 もずくのさっぱり和え	米飯200 チキングリル 茄子の煮物 菜花の和え物	米飯200 赤魚の味噌焼き 南瓜煮付け オクラポン酢和え	米飯200 チキンカツ さつま芋のレモン煮 卵の花和え	米飯200 サバの七味焼き 千切り大根の炒め煮 きゅうりの酢の物	米飯200 挽肉と豆のカレー 野菜サラダ ピーチゼリー	米飯200 赤魚の生姜煮 高野豆腐の煮物 大根サラダ
夕	A (基本)献立	米飯200 卵のあんかけ 炊き合わせ(えびしんじょう) 青梗菜のなめたけ和え	米飯200 揚げ出し豆腐 ポテトサラダ もやしの和え物	米飯200 スペイン風オムレツ 冬瓜の煮物 ブロッコリードレッシング和	米飯200 アジのけんちん焼き 小松菜の煮浸し 焼きなす生姜醤油かけ	米飯200 豚肉の塩炒め 里芋の煮物 白菜のゆかり和え	米飯200 豆腐の中華あんかけ インゲンのツナソテー オクラの節和え	米飯200 卵のお好み焼き風 南瓜煮付け カリフラワーの甘酢和え
	B (特別)献立 110円追加	米飯200 スタミナ豆腐 炊き合わせ(えびしんじょう) 青梗菜のなめたけ和え	米飯200 トンテキ ポテトサラダ もやしの和え物	米飯200 ハンバーグ 冬瓜の煮物 ブロッコリードレッシング和	米飯200 エビと卵の中華炒め 小松菜の煮浸し 焼きなす生姜醤油かけ	米飯200 ロースチキンハニーマスタード 里芋の煮物 白菜のゆかり和え	米飯200 鱈のチーズ焼き インゲンのツナソテー オクラの節和え	米飯200 チンジャオロース 南瓜煮付け カリフラワーの甘酢和え

予 定 献 立 表

【 常食 】 の メニュー

26年3月30日 ~ 26年4月5日

※B食を選択された場合+110円（税込み）を頂きます

		3/30 (月)	3/31 (火)	4/1 (水)	4/2 (木)	4/3 (金)	4/4 (土)	4/5 (日)
朝	A (基本)献立	米飯200 味噌汁 野菜入りとりつくね インゲンのピーナツ和え 鰹ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 ウインナー インゲン菜と油揚げの煮 海苔佃煮 牛乳	米飯200 味噌汁 ふんわり角天 ほうれん草ベーコンソテー 鯛味噌 牛乳	米飯200 味噌汁 海老ボール 小松菜のお浸し 卵ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 ふんわり五目 インゲンの和え物 いりこみそ 牛乳	米飯200 味噌汁 チキンボール 春菊とゆばの煮浸し 鮭ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 厚焼き卵 菜花の和え物 梅びしお 牛乳
	B (特別)献立 110円追加							
昼		米飯200 ポークチャップ じゃが芋の煮物 キャベツのさっぱり和え	米飯200 鯖の煮付け 湯豆腐 もやしのバンバンジー	米飯200 厚揚げの野菜あんかけ 里芋の煮物 ブロッコリーのツナ和え	米飯200 鮭の塩焼き がんもの煮物 春雨サラダ	米飯200 二色丼 千切り大根の炒め煮 青梗菜の和え物	米飯200 白身魚お好み揚げ さつま芋のレモン煮 カリフラワーのゆかり和え	米飯200 タンドリーチキン キャベツのソテー サラダ
		米飯200 ブリの山椒焼き ビーフン 菜花のゴマ和え	米飯200 鶏の味噌マヨネーズ焼き キノコの炒め物 卸しとろろ	米飯200 ミートインオムレツ 茄子の煮物 卸し和え	米飯200 鶏肉の青じそ焼き マカロニソテー 白菜の節和え	米飯200 豚肉の焼肉ソース炒め 南瓜煮付け オクラのごま和え	米飯200 三宝菜 冬瓜の煮物 焼きなす生姜ポン酢	米飯200 赤魚の袖庵焼き 金時豆 ほうれん草の白和え
夕	A (基本)献立	米飯200 えびとしめじのあんかけ豆腐 ビーフン 菜花のゴマ和え	米飯200 シイラのムニエル キノコの炒め物 卸しとろろ	米飯200 鶏チリ 茄子の煮物 卸し和え	米飯200 カレーのラグドソース マカロニソテー 白菜の節和え	米飯200 鯖の竜田揚 南瓜煮付け オクラのごま和え	米飯200 エビと厚揚げの中華炒め 冬瓜の煮物 焼きなす生姜ポン酢	米飯200 牛肉と茸炒めおろしポン酢 金時豆 ほうれん草の白和え
	B (特別)献立 110円追加							

予 定 献 立 表

【 常食 】 の メニュー

26年4月6日 ~ 26年4月12日

※B食を選択された場合+110円(税込み)を頂きます

		4/6 (月)	4/7 (火)	4/8 (水)	4/9 (木)	4/10 (金)	4/11 (土)	4/12 (日)
朝	A (基本)献立	米飯200 味噌汁 五彩豆腐ハンバーグ オクラのごま和え 鰹ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 いわしうめ煮 切干大根煮 海苔佃煮 牛乳	米飯200 味噌汁 ふんわり五目 小松菜のお浸し 鯛味噌 牛乳	米飯200 味噌汁 ミートボール チンゲン菜のソテー 卵ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 ふんわり角天 春菊とゆばの煮浸し いりこみそ 牛乳	米飯200 味噌汁 和風スクランブル ブロッコリーのごま和え 鮭ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 いわしかつお煮 ほうれん草のお浸し 梅びしお 牛乳
	B (特別)献立 110円追加							
昼		米飯200 鯖のやくみのせ(冷) 里芋の田楽 インゲンのピナツ和え	米飯200 鶏の照り焼き 金平ごぼう 卵の花和え	米飯200 カレイの煮付け がんもの煮物 ほうれん草のごま和え	米飯200 八宝菜 ブロッコリーの胡麻和え 杏仁豆腐	米飯200 赤魚の野菜あんかけ 冷奴 白菜のゆかり和え	米飯200 カレー ツナサラダ コーヒーゼリー	米飯200 ヒレカツ かぶの煮物 海藻酢物
夕	A (基本)献立	米飯200 松風焼き もやしの煮浸し 青梗菜のなめたけ和え	米飯200 肉豆腐 なすの揚げ浸し カリフラワーの甘酢和え	米飯200 鶏の味噌漬け焼き インゲンのツナソテー 春雨の酢の物	米飯200 ブリの照焼き 冬瓜のそぼろあん もやしの和え物	米飯200 鶏のトマトソースがけ キャベツのソテー マカロニサラダ	米飯200 アジの朝鮮焼 南瓜煮付け 焼きなす	米飯200 ブリの山椒焼き 大豆の煮物 オクラのごま和え
	B (特別)献立 110円追加	米飯200 あじの蒲焼き もやしの煮浸し 青梗菜のなめたけ和え	米飯200 フライ盛り合わせ(アジとエビ) なすの揚げ浸し カリフラワーの甘酢和え	米飯200 白身魚の外焼 インゲンのツナソテー 春雨の酢の物	米飯200 ゆず胡椒ささみフライ 冬瓜のそぼろあん もやしの和え物	米飯200 エビのケチャップ炒め キャベツのソテー マカロニサラダ	米飯200 鶏の照り焼き 南瓜煮付け 焼きなす	米飯200 豚肉の醤油もろみ焼き 大豆の煮物 オクラのごま和え

予 定 献 立 表

【 常食 】 の メニュー

26年4月13日 ~ 26年4月19日

※B食を選択された場合+110円(税込み)を頂きます

		4/13 (月)	4/14 (火)	4/15 (水)	4/16 (木)	4/17 (金)	4/18 (土)	4/19 (日)
朝	A (基本献立)	米飯200 味噌汁 野菜入りとりつくね インゲンのピーナツ和え 鰹ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 ウインナー チゲン菜と油揚げの煮 海苔佃煮 牛乳	米飯200 味噌汁 ふんわり角天 ほうれん草ベーコンソテー 鯛味噌 牛乳	米飯200 味噌汁 海老ボール 小松菜のお浸し 卵ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 ふんわり五目 インゲンの和え物 いりこみそ 牛乳	米飯200 味噌汁 チキンボール 春菊とゆばの煮浸し 鮭ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 厚焼き卵 菜花の和え物 梅びしお 牛乳
	B (特別献立) 110円追加							
昼		米飯200 赤魚の揚げおろしポン酢 里芋の煮物 菜花のマヨ和え	米飯200 鮭の塩焼き キノコの炒め物 ブロッコリードレッシング和	米飯200 麻婆豆腐 じゃが芋の煮物 オクラの節和え	米飯200 カレーのムニエル ふきの炒め煮 きゅうりの酢の物	米飯200 豚肉生姜焼き 高野豆腐の煮物 白菜の和え物	米飯200 ブリの照焼き 千切り大根の炒め煮 ブロッコリーの胡麻和え	米飯200 牛丼 キャベツのソテー いんげんのピーナツ和え
夕	A (基本献立)	米飯200 ふくさ卵 ビーフン 白菜の節和え	米飯200 豚肉と厚揚げの中華炒め カリフラワーの野菜あん キャベツのさっぱり和え	米飯200 サバのカレー焼き 金平ごぼう 三色生酢	米飯200 鶏肉の青じそ焼き 金時豆 カリフラワーサラダ	米飯200 卵の台湾風 ジャーマンポテト 菜花のマヨ和え	米飯200 豆腐ハンバーグの茸あんか なすの揚げ浸し ほうれん草のさつま和え	米飯200 赤魚の柚庵焼き 卵豆腐 春雨のドレッシング和え
	B (特別献立) 110円追加	米飯200 鶏肉じゃが ビーフン 白菜の節和え	米飯200 白身魚のフロッガー(オーラルス) カリフラワーの野菜あん キャベツのさっぱり和え	米飯200 鶏唐揚 金平ごぼう 三色生酢	米飯200 五目豆腐 金時豆 カリフラワーサラダ	米飯200 鯖照り焼き ジャーマンポテト 菜花のマヨ和え	米飯200 エビシチュー なすの揚げ浸し ほうれん草のさつま和え	米飯200 鶏肉の柚胡椒焼き 卵豆腐 春雨のドレッシング和え

予 定 献 立 表

【 常食 】 の メニュー

26年4月20日 ~ 26年4月26日

※B食を選択された場合+110円(税込み)を頂きます

		4/20 (月)	4/21 (火)	4/22 (水)	4/23 (木)	4/24 (金)	4/25 (土)	4/26 (日)
朝	A (基本)献立	米飯200 味噌汁 五彩豆腐ハンバーグ オクラのごま和え 鰹ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 いわしうめ煮 切干大根煮 海苔佃煮 牛乳	米飯200 味噌汁 ふんわり五目 小松菜のお浸し 鯛味噌 牛乳	米飯200 味噌汁 ミートボール チンゲン菜のソテー 卵ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 ふんわり角天 春菊とゆばの煮浸し いりこみそ 牛乳	米飯200 味噌汁 和風スクランブル ブロッコリーのごま和え 鮭ふりかけ 牛乳	米飯200 味噌汁 いわしかつお煮 ほうれん草のお浸し 梅びしお 牛乳
	B (特別)献立 110円追加							
昼		米飯200 焼き魚(鯖) 里芋の田楽 もずくのさっぱり和え	米飯200 チキングリル 茄子の煮物 菜花の和え物	米飯200 赤魚の味噌焼き 南瓜煮付け オクラポン酢和え	米飯200 チキンカツ さつま芋のレモン煮 卵の花和え	米飯200 サバの七味焼き 千切り大根の炒め煮 きゅうりの酢の物	米飯200 挽肉と豆のカレー 野菜サラダ ピーチゼリー	米飯200 赤魚の生姜煮 高野豆腐の煮物 大根サラダ
夕	A (基本)献立	米飯200 卵のあんかけ 炊き合わせ(えびしんじょう) 青梗菜のなめたけ和え	米飯200 揚げ出し豆腐 ポテトサラダ もやしの和え物	米飯200 スペイン風オムレツ 冬瓜の煮物 ブロッコリードレッシング和	米飯200 アジのけんちん焼き 小松菜の煮浸し 焼きなす生姜醤油かけ	米飯200 豚肉の塩炒め 里芋の煮物 白菜のゆかり和え	米飯200 豆腐の中華あんかけ インゲンのツナソテー オクラの節和え	米飯200 卵のお好み焼き風 南瓜煮付け カリフラワーの甘酢和え
	B (特別)献立 110円追加	米飯200 スタミナ豆腐 炊き合わせ(えびしんじょう) 青梗菜のなめたけ和え	米飯200 トンテキ ポテトサラダ もやしの和え物	米飯200 ハンバーグ 冬瓜の煮物 ブロッコリードレッシング和	米飯200 エビと卵の中華炒め 小松菜の煮浸し 焼きなす生姜醤油かけ	米飯200 ロースチキンハーマスタード 里芋の煮物 白菜のゆかり和え	米飯200 鱈のチーズ焼き インゲンのツナソテー オクラの節和え	米飯200 チンジャオロース 南瓜煮付け カリフラワーの甘酢和え