

常食(天)

月間献立表

	4月1日(土)	4月2日(日)	4月3日(月)	4月4日(火)	4月5日(水)	4月6日(木)	4月7日(金)
朝食	ご飯180g 味噌汁(チンゲン菜 めかぶの和え物 高野豆腐の卵とじ 梅びしお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(白菜 ししゃも焼 おろし和え ふりかけ/うめ 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(なす えび団子の煮物 胡瓜の浅漬け 漬物 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(キャベツニンジン 南瓜と鶏の煮付け ブロッコリー のり佃煮 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(白菜 卵焼 鶏とジャガイモの煮物 ふりかけ/味かつお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(卵 ぜんまい煮 おろし和え ふりかけ/瀬戸風味 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(ふ玉人 フランクフルト サラダ(キャベツ) 牛乳(200ml)
昼食	ご飯180g 鶏のからあげ 中華風冷奴 さつま汁 果物/オレンジ60	ご飯130g 小盛りご飯 鶏うどん 鶏うどんの汁:別 天ぷら:小鉢 ババロア	ご飯180g 魚の磯辺揚げ 五目炒め ごま和え 果物/パイナップル	ご飯180g 魚の幽庵焼 柳川風 なめ茸和え 果物/キウイ	ご飯180g 豚肉と卵の炒め物 カレー五目ビーフン 冷奴 果物/オレンジ60	ご飯180g チキンカレー 盛合せサラダ:プレスハム コーンスープ フルーツヨーグルト和	ご飯180g ウメタマ 鶏肉の二色巻き② エビ/春巻き/鮭/卵焼③ ピーナッツ豆腐④ 菜の花の辛子和え
夕食	ご飯180g 魚のピカタ からし和え 茄子の味噌炒め 果物/りんご	ご飯180g 魚の味噌マヨ焼 五目卵の花 もずく酢 果物/キウイ	ご飯180g すき焼盛り 卵豆腐 甘酢和え 果物/オレンジ	ご飯180g 鶏天*5 ふるふき大根 しめじのごま和え 果物/りんご	ご飯180g 鯖の味噌煮 揚げなす 生酢(大根/人 果物/パイナップル)	ご飯180g 汐焼魚(60g)好ウオ 肉かぼちゃ ほうれん草浸し 果物/りんご	ご飯180g 魚の木の芽焼 つきこんにゃくの照煮 涼拌茄子 いちごゼリー
	4月8日(土)	4月9日(日)	4月10日(月)	4月11日(火)	4月12日(水)	4月13日(木)	4月14日(金)
朝食	ご飯180g 味噌汁(なす 炒り豆腐 磯辺和/ハクサイ ゆずみそ 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(玉葱アゲ ささみと里芋の煮物 しめじのごま和え 漬物/高菜漬け 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(麩 オムレツ 野菜炒め 梅干し 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(豆腐 切り昆布の炒め煮 白菜の浅漬け ふりかけ/たまご 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(里芋ネギ) 炒り煮/ヒジキ油揚 醤油和え 味付け海苔 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(キャベツ:ニンジン 茄子の炒め煮 鮭の塩焼き ふりかけ/瀬戸風味 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(豆腐 ごま味噌煮 しらす和え ふりかけ/味かつお 牛乳(200ml)
昼食	ご飯130g 小盛りご飯 焼うどん/P0.5S1.5 大根ビビンバ風 果物/オレンジ60	ご飯180g 煮鶏 青菜の炒めもの ピーナッツ豆腐/S0.3 ゼリー/ピーチ	ご飯180g さわらの蒲焼 生酢(大根/人 吸物(アヲ 青菜) プリン	ご飯130g 小盛り御飯 ちゃんぽん ちゃんぽんの汁【別 蒸しゆまい ラムゼリー	ご飯180g 豚肉のゴマダレかけ こんにゃくの照煮 からしマヨ和え やせうま	ご飯180g 鯖の西京焼 もずく酢 厚揚げのカレー炒め 果物/パイナップル	* ロールパン(10) ミートスパゲティ サラダ ポタージュ りんごジャム
夕食	ご飯180g 牛肉の野菜巻き 金山寺きゅうり 線ポテトのカレー炒め 果物/りんご	ご飯180g 鯖のカレームニエル お煮しめ ほうれん草スープ 果物/キウイ	ご飯180g 麻婆豆腐 モヤシとセリの和え物 煮付の盛り合わせ 果物/パイナップル	ご飯180g 白身の味噌煮 胡瓜の酢の物 金平ごぼう 果物/リンゴ	ご飯180g ふくさ焼 海老団子の煮物 拌三絲 果物/バナナ	ご飯180g 洋風ハンバーグ マカロニサラダ パンプキンスープ 果物/キウイ	ご飯180g わかさぎ天ぷら 煮付の盛合せ 長芋短冊の梅肉かけ ババロア/バニラ
	4月15日(土)	4月16日(日)	4月17日(月)	4月18日(火)	4月19日(水)	4月20日(木)	4月21日(金)
朝食	ご飯180g 味噌汁(大根 南瓜の煮物 しその実和え ふりかけ/味ごま 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(じゃが芋 目玉焼 切大根煮付(アケ人 ふりかけ/瀬戸風味 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(大根 アゲ じゃが芋のそぼろ煮 アスパラソテー ふりかけ/うめ 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(なす 大根と里芋の煮物 胡麻豆腐 のり佃煮 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(白菜巻 オクラのかか和え 大豆の五目煮 ふりかけ/味ごま 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(ジャガイモたまね 磯辺和/ハクサイ 高野豆腐の煮物 うめびしお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(アオサ玉ねぎ 茄子のそぼろ煮 味噌のせキャベツ 味つけのり 牛乳(200ml)
昼食	ご飯180g 魚の大和蒸し レバー炒め 春雨卵スープ 漬物	ご飯180g 豚肉の生姜焼 含め煮 大葉和え コーヒーゼリー	ご飯180g ビーフシチュー グリーンサラダ スクランブルエッグ 果物/パイナップル	ご飯180g 鶏肉の味噌漬焼 がんも煮(盛合せ) 吸物(ごぼう) ぶどうゼリー	ご飯180g 親子丼 辛子和え 梅そうめん汁 プリン	ご飯180g わかさぎの南蛮漬け かに風味サラダ 豚と里芋の煮付 青りんごゼリー	ご飯180g トンカツ ぜんまい煮付 大根ポン酢和え 果物/オレンジ
夕食	ご飯180g チキン南蛮 山くらげの炒め煮 セロリサラダ 果物/バナナ	ご飯180g ぶりの照り焼 かき揚げ/たまごハセ けんちん汁 果物/リンゴ	ご飯180g 鯖の塩焼き * からし和え 切昆布煮付(丸天 ピーチゼリー	ご飯180g 魚の揚げ煮 ごま和え ミートボールのコンソメ煮 果物/バナナ	ご飯180g 鯖のムニエル ふるふき大根 シーザーサラダ 果物/りんご	ご飯180g チキンチャップ マカロニサラダ 大根とゆず煮付 果物/パイナップル	ご飯180g 魚の梅風味焼き 炒り豚/ゴボウ人コン 山芋サラダ 果物/キウイ
	4月22日(土)	4月23日(日)	4月24日(月)	4月25日(火)	4月26日(水)	4月27日(木)	4月28日(金)
朝食	ご飯180g 味噌汁(ふ玉ネギ人 ほうれん草お浸し 煮奴 ふりかけ/たまご 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(畑菜アヲ 金平ごぼう 卵焼き ふりかけ/瀬戸風味 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(麩 ごまドレ和え うの花 漬物 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(白菜 のり和え 湯豆腐 ふりかけ/味かつお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(アケワカメ白 しめじのごま和え 鶏と里芋の煮物 昆布佃煮 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(なす とろろ芋 山菜煮 梅びしお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(冬瓜玉ネギ がんもと生麩の煮浸し 白菜の浅漬け ふりかけ/瀬戸風味 牛乳(200ml)
昼食	ご飯180g 汐焼魚(60g)好ウオ からし和え ちくわの磯辺揚げ ババロア/ヨーグルト	ご飯180g チンジャオロース 蒸しゆまい 春雨スープ 杏仁豆腐	ご飯180g 鶏天*5 生酢(大根/人 南瓜の煮付け 果物/オレンジ	ご飯180g ピラフ 盛合せサラダ:卵 コロケ スープ 果物/バナナ	ご飯180g クリームシチュー じゃこ炒め シーフードサラダ 果物/パイナップル	ご飯180g 魚のしそはさみ揚げ 春雨の酢の物 吸物(ふ/ネギ) 果物/オレンジ60	ご飯180g カレーライス 盛合せサラダ(ツナ コンソメ野菜スープ フルーツあんみつ
夕食	ご飯180g 豚肉のカレー焼 筑前煮 白菜の柚和え 果物/パイナップル	ご飯180g さわらの葱味噌焼 酢の物 野菜ソテー(キャベツ人 果物/りんご	ご飯180g 魚の香り蒸し 梅肉和え 炒り煮/ヒジキ 清し汁	ご飯180g 牛肉の焼肉風 南瓜のマヨ和え コンニャクピリ辛炒煮 いちごゼリー	ご飯180g 魚の韓国風照焼 ビーフソテー 白和え(春人 果物/りんご	ご飯180g おでん☆ ほうれん草ソテー 昆布和え 果物/キウイ	ご飯180g 魚のフリッター 刺身こんにゃく ブロッコリーの香り炒 果物/りんご
	4月29日(土)	4月30日(日)					
朝食	ご飯180g 味噌汁(豆腐ネギ 山芋の煮物 ほうれん草の和え物 えび味噌 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(キャベツニンジン おろし和え 厚揚げの煮物 のり佃煮 牛乳(200ml)					
昼食	ご飯130g 小盛りご飯 焼そば 3色蒸しシュウマイ キラキラ2色ゼリー	ご飯180g かに玉 ささみの和え物 揚げ春巻き わかめスープ(ネギ)					
夕食	ご飯180g 鶏肉のくわ焼 ごぼうサラダ 青梗菜とジャガの煮物 果物/バナナ	ご飯180g 牛肉のガーリック焼 お煮しめ グリーンサラダ:低 果物/キウイ					

材料の仕入れの都合により、献立の内容が変更になる場合がございますので、ご了承下さい。

天心堂 へつぎ病院