

4月のメニュー

令和5年4月

	令和05年04月01日(土)	令和05年04月02日(日)					
朝	ホットドッグ&ミニ食パン(チョコ) 元気ヨーグルト コーンスープ	フルーツトースト ソーセージのソテー 牛乳					
昼	米飯 金目鯛のたけのこあんかけ かぶの煮物 フルーツ缶(洋梨)	米飯 春雨のチャブチェ こつや煮 菜の花のねりごま和え					
夕	米飯 豚肉の塩炒め イカ(ツ)のバニラ煮 春雨の酢の物	米飯 コロッケ・いわし磯香フライ さといもの旨煮 フルーツ缶(パイ)					
令和05年04月03日(月)	令和05年04月04日(火)	令和05年04月05日(水)	令和05年04月06日(木)	令和05年04月07日(金)	令和05年04月08日(土)	令和05年04月09日(日)	
朝	エッグトースト&ヨーグルト 元気ヨーグルト クリームデザート	レーズンペストリー フロッコリーのクリーム煮 牛乳	りんりんりんご ほうれん草のピラフ和え 牛乳	わかめご飯 ミートボール さといものおみそ汁 りんごジュース	北海道ミルクパン ツナと野菜の炒め物 牛乳	ホットドッグ&ミニ食パン(イチゴ) 元気ヨーグルト フルーツ缶(パイ)	おいしいのクリームパン 卵サラダ 牛乳
昼	麦ごはん ますの焼き南蛮漬け じゃが芋とツナのマスタード炒め ゴボウサラダ	米飯 ハワイアン マカロニサラダ かき玉コンソメスープ	春のお弁当 若竹汁 桜ゼリー	米飯 カブの煮付け ブロッコリーサラダ みそ汁(もやし)	焼きそば 肉巻き・揚げぎょうざ いんげんのサラダ	米飯 きのこ入り鶏つくねの照り焼き 白菜の木の芽和え 苺モンブランと抹茶ゼリー	米飯 ぶりの照り焼き 野菜ソテー かぼちゃのごま和え
夕	米飯 鶏肉のごまみそ焼き かぼちゃの揚げ炒め トマトともずくの和え物	米飯 さばのみりん焼き じゃが芋煮 かぶの塩こうじ和え	米飯 シラの煮付け しろなの煮浸し 菜の花の香味和え	米飯 豚肉のピラフ炒め さつまいもと昆布の煮物 イカの胡麻醤油和え	麦ごはん ひらすの塩麹焼き しらすとさつま揚げの煮物 白菜とほうれん草の和え物	米飯 柳川風卵とじ こんにゃくの煮物 しろなのドレッシング和え	米飯 揚げ鶏の香味ソースかけ 菜の花のからし和え コンソメスープ(パイ)
令和05年04月10日(月)	令和05年04月11日(火)	令和05年04月12日(水)	令和05年04月13日(木)	令和05年04月14日(金)	令和05年04月15日(土)	令和05年04月16日(日)	
朝	ピザトースト&ミニクリームパン 元気ヨーグルト コーンスープ	シュガーバターコッパ フロッコリーのコンソメ煮 牛乳	抹茶リング アスパラの醤油マヨサラダ 牛乳	ゆかり御飯 じゃがいもと厚揚げの煮物 しめじのおみそ汁 グレープジュース	レーズンペストリー かぶと春菊のスープ煮 牛乳	ホットドッグ&黒糖食パン 元気ヨーグルト クリームデザート	チョコカスター タマゴサラダ 牛乳
昼	米飯 洋風卵焼き ドレッシング和え みそ汁(さといも)	麦ごはん かれないのマスタード焼き もやしのボン酢和え フルーツ缶(黄桃)	エスパゲティコンボ きゅうりサラダ フルーツ缶(ミカ)	米飯 さばの塩焼き ほうれん草のお浸し 赤だし(豆腐・なめこ)	米飯 八宝菜 焼きぎょうざ・しゅうまい 菜の花のツナ和え	米飯 白身魚の唐揚げ野菜あん 青椒肉絲 デザート(バナナ)	米飯 牛肉のトマトクリーム煮 ごぼうの甘辛炒め 揚げ野菜の和え物
夕	米飯 さわらの味噌煮 たけのこがんと煮物 ほうれん草のなめだけ和え	米飯 鶏すき煮 なすの炒め物 揚げ野菜のお浸し	米飯 双のちゃんちゃん焼き かぼちゃのマスタード和え 春雨スープ	米飯 バニラキューブ さといもの揚げ煮 豆腐サラダ	米飯 赤魚の煮付け じゃがいもの甘辛炒め オクラとろろ豆腐	麦ごはん 豚肉の生姜焼き 冬瓜の煮物 デザート(パイ)	米飯 丸揚げの外巻きソースかけ 厚揚げの煮物 ブロッコリーのドレッシング和え
令和05年04月17日(月)	令和05年04月18日(火)	令和05年04月19日(水)	令和05年04月20日(木)	令和05年04月21日(金)	令和05年04月22日(土)	令和05年04月23日(日)	
朝	エッグトースト&ミニあんぱん 元気ヨーグルト フルーツ缶(パイ)	カスタードクリームパン ウインナー入りスクランブルエッグ 牛乳	黒糖パンのフルーツトースト フルーツ缶(パイ)	ツナごはん じゃが芋の甘辛煮 厚揚げのおみそ汁 オレンジジュース	黒糖ミルク お味噌汁 牛乳	ハンバーガー 元気ヨーグルト コーンスープ	抹茶リング ツナ煮 牛乳
昼	麦ごはん ぶりの生姜煮 菜の花ときのこの炒め物 フルーツ缶(パイ)	ハワイアン ほうれん草と卵のソテー 野菜サラダ	米飯 さわらの木の芽焼き 切干大根煮 桜もち	米飯 ちゃんぽん 揚げかつ・春巻き レンコンサラダ	米飯 鶏天 菜の花の酢味噌和え フルーツ缶(パイ)	米飯 白身魚の焼き浸し うの花 かぼちゃのしその実和え	米飯 せいろか シルバーサラダ フルーツ缶(白桃)
夕	米飯 鶏の唐揚げ かぼちゃの煮物 白菜と青菜の二色和え	米飯 あじの漬け焼き ゆかり和え みそ汁(豆腐)	米飯 タピオカ炒め ほうれん草のナムル わかめスープ	米飯 焼豆腐の肉味噌かけ 冬瓜の煮物 揚げ野菜のおかか和え	麦ごはん 双の味噌醤油ソテー さつまいもの煮物 オクラとろろ豆腐	米飯 豚すき煮 春菊のピラフ和え みそ汁	米飯 ふくさ焼き 大豆入りひじきの煮物 なすのピラフ和え
令和05年04月24日(月)	令和05年04月25日(火)	令和05年04月26日(水)	令和05年04月27日(木)	令和05年04月28日(金)	令和05年04月29日(土)	令和05年04月30日(日)	
朝	エッグトースト&ミニ食パン 元気ヨーグルト クリームデザート	北海道ミルクパン ミートボール 牛乳	チョコカスター 冬瓜のピラフ 牛乳	ゆかり御飯 だいこんとちくわの煮物 もやしのおみそ汁 りんごジュース	カスタードクリームパン ポテトソテー 牛乳	ホットドッグ&ミニあんぱん 元気ヨーグルト フルーツ缶(パイ)	おいしいのクリームパン かぼちゃのソテー 牛乳
昼	米飯 さばの味噌煮 さつま芋和風和え フルーツ缶(ミカ)	麦ごはん ツナじゃが ぜんまいと厚揚げのごま油炒め フルーツ缶(パイ)	カレーうどん ハムカツ フルーツ缶(パイ)	キャベツナマリ かぼちゃ煮 ピラフの塩昆布和え	米飯 鶏バニラと豚肉のオリーブオイル炒め しらす土佐煮 オクラとわかめのごま風味サラダ	米飯 擬製豆腐 レンコンの胡麻ドレッシング 若竹汁	米飯 回鍋肉 ほうれん草のしょうが醤油和え 春雨スープ
夕	米飯 揚げ鶏の甘酢あんかけ かぶの煮物 もやしの和え物	米飯 ひらすの塩焼き なすと豚肉の旨煮 揚げ野菜としらすのごま和え	米飯 あじの蒲焼 がんもの煮物 いんげんのごま和え	米飯 せいろか スパゲティサラダ みそ汁	米飯 さわらの昆布煮 小松菜とかにかまのお浸し デザート(パイ)	麦ごはん 煮込みハンバーグ ほうれん草のソテー かぼちゃのマスタード和え	米飯 白身フライ・オニオンリング ピラフ フルーツ缶(黄桃)

●今月の行事食●

- ・4月5日(水)・・・春のお弁当メニュー
- ・4月12日(水)・・・お楽しみメニュー(世界メニュー：赤道ギニア)



ひらみ園の周りも段々と春めいてきました。今年度は、【世界料理】をお楽しみメニューで提供していこうと考えています。なんだこれ！な、感想が最早献立貼り出し時に言われています。提供まで楽しみにして頂けたら…と思います。

右の写真は、3月の【徳島丼】。メンマは手作りで対応。もやしの食感、卵のクリーミー加減がベストマッチ。いつもより速い食事ペースで完食でした。

(管理栄養士 Y)

