

月間献立表 基本献立

2026年4月

アイサービス

区分			04/01(水)	04/02(木)	04/03(金)	04/04(土)	04/05(日)
朝食			豚肉と里芋の煮物(4467) ほうれん草の三色和え(5442)	大豆とソーセージのトマト煮込み(6507) さつま芋のサラダ(7823)	京合せ(4419) チンゲン菜のじゃこ和え(7537)	スクランブルエッグ(612) コールスローサラダ(7809)	ふわり玉子のえびあんかけ(6412) 白菜の和え物(7522)
昼食			照焼き豆腐ハンバーグ(706) 貝と根菜の五目煮(6508) 春菊のごま和え(7410)	ふくら高野の合わせ煮 サワラのレモン蒸し(1505) 小松菜のピーナッツ和え(7524)	メンチカツ(3106) 茄子の炒め煮(4424) おからのマヨサラダ(7830)	☆種の日☆ エビ天そば 小鉢1品 抹茶プリン	牛肉と筍のオイスターソース炒め(2603) 大豆とじゃこの煮物(4449) スパゲティサラダ(7901)
夕食			サバの甘酢あんかけ(869) かぼちゃコロッケ(4816) いんげんのツナマヨ和え(7902)	鶏肉の香味ソース(3514) 白菜とミンチの中華炒め(5033) 大根とかにかまの酢の物(7609)	黄金ガレイのおろし煮(1020) のりだし巻玉子(4215) 春菊のお浸し(7502)	肉団子のごま豆乳煮(2619) ほうれん草とベーコンのソテー(6307) かぼちゃサラダ(7905)	豚肉の生姜焼き(2801) じゃが芋のコンソメ煮(4527) 鶏肉のみぞれ和え(5425)
区分		04/06(月)	04/07(火)	04/08(水)	04/09(木)	04/10(金)	04/11(土)
朝食	三色いなり(4512) ほうれん草のお浸し(5446)	ラトウイユ(4546) ごぼうの辛子マヨ和え(5426)	がんものみぞれ煮(6505) 茄子と鶏の梅だれ和え(7534)	アンサンプルエッグ(4223) ひじきと枝豆のサラダ(7860)	縞ホッケの塩焼き(朝食)(947) 春菊のナムル(5433)	ビーフ炒め(5021) ブロッコリーサラダ(7842)	豆腐の肉そぼろあんかけ(6410) レモン酢和え(7627)
昼食	豚丼(330) ハムと玉ねぎの玉子とじ(4439) アロエフルーツミックス(8101)	カラフトマスの塩焼き(835) 厚揚げのおかか煮(4471) 大根サラダ(7841)	鶏の唐揚げ(3701) やみつきピーマン(4539) 白菜の生姜和え(5428)	鶏肉のねぎ塩だれ(3418) 春雨とハムのソテー(5040) 菜の花のごまごし(5407)	たらカツ・オーロラソース(1421) カリフラワーのクリーム煮(4402) 豆腐のイタリアンサラダ(7907)	ポークチャップ(2906) 炒り鶏(4487) いんげんのピーナッツ和え(5440)	黄金ガレイの生姜煮(1041) 厚焼き玉子(4216) 鶏と菜の花の和え物(7518)
夕食	バーベキューチキン(3414) ふくら高野の合せ煮(4446) わかめの青じそサラダ(7802)	肉じゃが「牛」(2302) えび焼売(2102) キャベツのぬた(7530)	サワラの西京焼き(855) さつま芋と昆布の煮物(4469) 小松菜とじゃこの和え物(5414)	豚肉と野菜の黒酢あん(3303) 水餃子(4519) 大根の友禅和え(7520)	和風ハンバーグ(4112) さつま芋の彩り煮(4455) チンゲン菜とかにかまの和え物(5401)	えびカツ(3712) じゃが芋のコーンクリーム煮(4414) 茄子のお浸し(4602)	鶏の照焼き(3404) れんこんきんぴら(4486) マカロニサラダ(7850)
区分	04/13(月)	04/14(火)	04/15(水)	04/16(木)	04/17(金)	04/18(土)	04/19(日)
朝食	桜えびしんじょ炊き合せ(4430) おくらのごま和え(5417)	ポイルドウィンナー(4822) カリフラワーのマリネ(7856)	山芋の鶏そぼろあんかけ(4543) 菜の花サラダ(7803)	照焼きミートボール(2618) わかめとえびのサラダ(7815)	炒り豆腐(4473) ほうれん草とマゴロークの和え物(7408)	マカロニトマトソテー(5097) 白いんげん豆とツナのサラダ(7826)	がんもの含め煮(4410) 菜の花の辛子和え(7832)
昼食	肉団子のトマト煮(3512) じゃが芋コロッケ(4545) ピーンズサラダ(7910)	豚肉の梅生姜焼き(2813) 厚揚げとえびの煮物(4550) ほうれん草のピーナッツ和え(5420)	サワラの照焼き(936) 三色ピーマンとじゃこの当座煮(4438) おくらとコーンのツナ和え(7828)	マイルドビーフカレー(421) ブロッコリーのおからサラダ(7827) フルーツミックス(8503)	ヒレカツ(3108) 里芋のごま味噌煮(4451) 大根と蒸し鶏の和え物(7535)	キタノメケの煮付け(1022) 青菜と貝柱の塩炒め(5029) かぼちゃサラダ(7905)	鶏肉と根菜の甘辛生姜煮(3515) ふわり玉子のえびあんかけ(6412) シーザーサラダ(7904)
夕食	プリの利休焼き(938) かぼちゃのそぼろ煮(4431) 青菜とかまぼこの和え物(7516)	カラフトマスのバター醤油風味焼き(1004) 焼豚ソテー(5012) 中華ドレサラダ(7906)	ブルゴギ風(2613) 冬瓜のかに風味あんかけ(4463) キャベツの蒸し鶏サラダ(7829)	縞ホッケの柚庵焼き(902) そぼろ入り野菜炒め(7001) 人参とひじきの白和え(5404)	牛しぐれ煮(2307) かにかまオムレツ(4228) 昆布豆(4484)	鶏の揚げ煮(3703) 麻婆春雨(5016) 小松菜のおかか和え(5439)	サバの味噌煮(1021) 茄子のおろし煮(4531) ほうれん草の白和え(5403)
区分	04/20(月)	04/21(火)	04/22(水)	04/23(木)	04/24(金)	04/25(土)	04/26(日)
朝食	三色いなり(4512) 春菊のお浸し(7502)	ラトウイユ(4546) ポテトサラダ(7854)	ハムと玉ねぎの玉子とじ(4439) キャベツのじゃこ和え(7536)	プレーンオムレツ(4211) オニオンサラダ(7852)	枝豆腐炊き合せ(704) 青菜とサケの焼浸し(5437)	大豆とソーセージのトマト煮込み(6507) ブロッコリーとコーンのサラダ(7818)	サワラの塩焼き(朝食)(943) 白菜の生姜和え(5428)
昼食	☆種の日☆ 鶏塩ラーメン 小鉢1品 マンゴープリン	ミックスフライ(3710) 大豆のコンソメ煮(4425) ハムとキャベツのマリネ(7822)	サワラのバター醤油風味焼き(905) 豚肉と里芋の煮物(4467) いんげんと竹輪の和え物(7521)	中華丼(411) がんものみぞれ煮(6505) ほうれん草のお浸し(5446)	プリの野菜あんかけ(944) じゃが芋のうま煮(4530) 大根の友禅和え(7520)	豚肉の和風ソース(2816) 変わりだし巻玉子(4227) 茄子と鶏の梅だれ和え(7534)	チン南蛮タルタルソース(3516) 筍土佐煮(4404) 菜の花のくるみ和え(5465)
夕食	黄金ガレイの梅煮(945) あさりの玉子とじ(4548) 小松菜のピーナッツ和え(7524)	鶏のさっぱり煮(3505) けんちん煮(6004) おくらのおかか和え(5423)	豚肉の中華風味炒め(2809) かに風味焼売(4604) スパゲティサラダ(7901)	ザーモンフライ(3707) 茄子と牛ひき肉のトマト煮(4540) ひじきと枝豆のサラダ(7860)	やわらか鶏つくね煮(3506) 和風スパゲティ(5098) 菜の花のごまごし(5407)	縞ホッケの味噌焼き(821) 筑前煮(3901) キャベツとツナのサラダ(7861)	厚揚げの五目炒め(3807) 大根きんぴら(5010) チンゲン菜のじゃこ和え(7537)
区分	04/27(月)	04/28(火)	04/29(水)	04/30(木)			
朝食	京合せ(4419) キャベツのぬた(7530)	スクランブルエッグ(612) 中華ドレサラダ(7906)	かぼちゃのそぼろ煮(4431) 春菊のごま和え(7410)	白菜とあさりのクリーム煮(4544) ピーンズサラダ(7910)			
昼食	アジの味噌煮(934) 厚焼き玉子(4216) ほうれん草のごま和え(7531)	ポークカレー(414) ブロッコリーサラダ(7842) フルーツみつ豆(8102)	プリのしぐれ煮(868) 姫こうやの炊き合せ(4407) 鶏と菜の花の和え物(7518)	回鍋肉(3201) 水餃子(4519) 小松菜の錦和え(7519)			
夕食	ジューシーハンバーグ(4007) 大豆のクリーム煮(4542) ごぼうの辛子マヨ和え(5426)	黄金ガレイの揚げ煮(1422) えび焼売(2102) おからのマヨサラダ(7830)	厚揚げと牛ミンチの甘辛煮(2309) 葉大根とじゃこの炒り煮(4547) 茄子とおからの辛子和え(5473)	キタノメケの和風ソース(949) さつま芋と昆布の煮物(4469) 大根サラダ(7841)			

※上記献立に毎食ご飯、朝昼には汁物がつきます
※いんげんの献立は変更予定です