

	日	月	火	水	木	金	土
		1日	2日	3日	4日	5日	6日
朝		御飯 ツナと大根の炒り煮 小松菜の和え物 ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 鶏と野菜の炒め物 南瓜のサラダ 鯛味噌汁 牛乳	御飯 ふきとハムの煮物 ほうれん草のピーナツ和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 カンパと野菜の煮物 白菜の胡麻和え 梅びしお 味噌汁 牛乳	御飯 小松菜と薩摩揚げの煮物 カブのゆかり和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 ぜんまいと竹輪の炒め煮 もやしのホン酢風味和え ふりかけ 味噌汁 牛乳
昼		御飯 豚肉のくわ焼き なすと竹輪の煮物 キュリとわかめの酢の物 味噌汁 フルーツ・リンゴ缶	わかめごはん たらのオリーブソースかけ 青梗菜の卵炒め 人参サラダ 豆乳スープ フルーツ・パイ缶	御飯 蒸し鶏の胡麻ダレかけ ひじきの煮物 もやしの酢醤油和え 味噌汁 フルーツ・白桃缶	御飯 海鮮野菜炒め 焼春巻 かぶらの中華ドレッシング 味噌汁 フルーツ・フルーツカクテル缶	肉うどん もやしの和風炒め ブロッコリーのチーズサラダ フルーツ・ミカン缶	御飯 青梗鶏肉絲 かに風味あんかけ オクラのドレッシング和え 中華スープ フルーツ・パイ缶
おやつ		スイスロール	青りんごゼリー	抹茶パンケーキ	プチシュー	チョコパン	プチケーキ
夕		御飯 山椒焼き ほうれん草とアサリの煮浸し 白菜のサラダ すまし汁	御飯 肉団子の野菜あんかけ 切干大根の煮物 キャベツのソラス和え 味噌汁	御飯 さわらのニンニク醤油かけ かぶの炒め 小松菜のサラダ すまし汁	御飯 牛肉と車麩のしぐれ煮 キャベツとソラスの炒め煮 かぶのマネ 味噌汁	御飯 あじの蒲焼き インゲンとベーコンのソテー キャベツの和風サラダ 味噌汁	御飯 さばのミン焼き 里芋のソテー 菜の花のお浸し 味噌汁
朝	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
朝	御飯 かぶらと味噌炒め 大根サラダ のりの佃煮 味噌汁 牛乳	御飯 里芋とハムの煮物 小松菜とハムのサラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 プレーンオムレツ マカロニサラダ 鯛味噌汁 牛乳	御飯 ウインナーのコンソメ煮 ほうれん草のお浸し ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーのおかか和え 梅びしお 味噌汁 牛乳	御飯 ブロッコリーとベーコンの炒め物 インゲンの和え物 ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 スクランブルエッグ キャリメの梅かけ ふりかけ 味噌汁 牛乳
昼	御飯 ほきの卵とじ キャベツとツナのソテー 胡瓜のサラダ すまし汁 バナナ・1/2	御飯 豚肉と野菜の中華炒め ブロッコリーのチーズ焼き もやしのナムル 味噌汁 フルーツ・マンゴー缶	御飯 鶏肉のハニーマスタードソース 南瓜のグラッセ 菜の花と蒲鉾のサラダ コンソメスープ フルーツ・フルーツカクテル缶	御飯 あじの七味焼き 切干大根の煮物 かぶとわかめのサラダ すまし汁 フルーツ・黄桃缶	御飯 豚肉と南瓜の甘辛煮 小松菜とアサリの塩炒め キュリと大根の和風サラダ 味噌汁 フルーツ・パイ缶	御飯 さばの田楽 ピーン炒め ほうれん草の和え物 すまし汁 フルーツ・ミカン缶	焼肉丼 ハムとフキの煮物 ピーンの生姜和え 野菜碗 シヨア
おやつ	たい焼き	杏仁豆腐	どらやき	ワッフル	いちごフルーチェ	プリン	クリームパン
夕	御飯 豚肉と玉葱の炒め物 なすの煮物 サツマ芋の胡麻サラダ 味噌汁	御飯 魚の生姜煮 じゃが芋の炒め物 ほうれん草とエキの辛子和え すまし汁	御飯 豆腐つくね照焼き 大根と人参の煮付け 春雨の酢の物 味噌汁	御飯 チキンと野菜のトマト煮 青梗菜の炒め物 かぶらとオクラのドレッシング和え コンソメスープ	御飯 たらこの甘酢あん レンコンのきんぴら もやしの胡麻和え 味噌汁	御飯 ホテトとチーズのオムレツ 茄子とエリンギの炒め物 スパゲティサラダ コンソメスープ	御飯 ほきの酒蒸 南瓜の胡麻炒め オクラとコンのサラダ すまし汁
朝	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
朝	御飯 キャベツと生揚げの煮浸し ブロッコリーとコンのサラダ のりの佃煮 味噌汁 牛乳	御飯 カンパと野菜の煮物 菜の花のサラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 ハム入り野菜炒め 大根と人参の煮物 鯛味噌汁 牛乳	御飯 かぶの洋風煮 インゲンの和風ドレッシング ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 オムレツ 春菊の和え物 梅びしお 味噌汁 牛乳	御飯 生揚げの炒め物 オクラのお浸し ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 車麩とフキの煮物 かぶらとオクラのピーナツ和え ふりかけ 味噌汁 牛乳
昼	御飯 鶏肉と里芋の旨煮 茄子の甘辛炒め ほうれん草の生姜和え 味噌汁 フルーツ・フルーツカクテル缶	ハヤシライス コルスローサラダ コンソメスープ ヨーグルト・フルーツソース	御飯 豆腐のステーキ・キノコソース 大根とつみれの煮物 枝豆とわかめの和え物 味噌汁 フルーツ・リンゴ缶	御飯 あじの蒲焼き さつま芋のきんぴら 青梗菜と蒸し鶏のお浸し 味噌汁 フルーツ・黄桃缶	御飯 アサリと菜の花のご飯 さわらの西京焼き サツマ揚げとじゃが芋の煮物 キャベツのゆかり和え すまし汁 ムース	御飯 鶏肉のハンパソース キャベツとベーコンのソテー マカロニサラダ コンソメスープ フルーツ・フルーツカクテル缶	御飯 海老と野菜の卵炒め シューマイ もやしの中華サラダ 中華スープ フルーツ・パイ缶
おやつ	ぶどうゼリー	ケーキ	コーヒーゼリー	シュウクリーム	まんじゅう	抹茶プリン	オレンジゼリー
夕	御飯 ますのタルトソース焼 じゃが芋のトマト煮 スパゲティサラダ コンソメスープ	御飯 千草焼卵 高野豆腐の含め煮 切干大根のサラダ 味噌汁	御飯 たらこのクリームソース じゃが芋のガーリックソテー オニオンサラダ コンソメスープ	御飯 鶏鶏 もやしの三色炒め 胡瓜のサラダ 中華スープ	御飯 豚肉の胡麻だれ炒め ひじきと竹輪の煮物 人参サラダ すまし汁	御飯 あじの生姜煮 ぜんまいの炒り煮 ほうれん草のなめ草和え すまし汁	御飯 ほきの酒蒸 白菜と油揚げの煮物 かぼちゃのサラダ 味噌汁
朝	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
朝	御飯 南瓜のそぼろあんかけ ほうれん草の辛子和え のりの佃煮 味噌汁 牛乳	御飯 ふきとハムの煮物 もやしのおかか和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 厚焼卵 白菜の和風サラダ 鯛味噌汁 牛乳	御飯 竹輪の野菜炒め 小松菜のお浸し ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 生揚げと野菜の煮物 春菊の青じそ和え 梅びしお 味噌汁 牛乳	御飯 ウインナーの野菜炒め ブロッコリーのオニオンドレッシング ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 ゆい子の煮物 インゲンと人参の胡麻和え ふりかけ 味噌汁 牛乳
昼	御飯 豚肉のガーリックソテー じゃが芋のコンソメ煮 インゲンのアムネンチ ホターニ フルーツ・ミカン缶	御飯 筑前煮 茄子の生姜炒め かぶらとアサリのソテー 味噌汁 フルーツ・リンゴ缶	スハゲティオホリタン イタリヤン ポスターニ フルーツポンチ	御飯 肉じゃが インゲンとツナの炒め物 もやしのピーマンの酢の物 味噌汁 フルーツ・黄桃缶	御飯 さつま芋の甘煮 キュリとカブのサラダ 味噌汁 フルーツ・パイ缶	御飯 揚出し豆腐あんかけ 肉団子の甘辛煮 小松菜のわさび和え すまし汁 フルーツ・フルーツカクテル缶	御飯 鶏肉のカレー風味焼き 茄子のシンジャソース スパゲティサラダ コンソメスープ フルーツ・洋梨缶
おやつ	ショコラブチケーキ	あんぱん	きなこパンケーキ	ワッフル	プリン	ミニたい焼き	メロンゼリー
夕	御飯 アサリの卵とじ レンコンのベーコン炒め かぶの和風和え 味噌汁	御飯 さばの韓国風照焼き 菜の花の煮浸し 春雨サラダ 中華スープ	御飯 さわらのおぼろ昆布蒸 煮炊 オクラのホソ酢和え 味噌汁	御飯 ほきのチーズムニエル キャベツとベーコンのソテー ブロッコリー・コンソメ コンソメスープ	御飯 蒸し餃子の中華ダレ 青梗菜の豆乳煮 かぼちゃのサラダ 中華スープ	御飯 メバルのうま煮 キャベツの三色炒め 春雨とヒジキのサラダ 味噌汁	御飯 あじの梅照焼き ふきとハムの煮物 ほうれん草のおかか和え 味噌汁
朝	28日	29日	30日	 渋谷区 つばめの里・本町東 令和6年 4月 献立表			
朝	御飯 かぶらとハムの炒め物 サツマ芋サラダ のりの佃煮 味噌汁 牛乳	御飯 魚肉ソーセージの野菜炒め 茄子のドレッシングかけ ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 スクランブルエッグ ほうれん草とカニカマのサラダ 鯛味噌汁 牛乳				
昼	御飯 千草焼卵 キャベツとツナのソテー ブロッコリーのホソ酢風味 味噌汁 フルーツ・ミカン缶	御飯 八宝菜 筍の中華炒め インゲンのしらす和え 中華スープ フルーツ・マンゴー缶	ホークカレーライス マリネ コンソメスープ ヨーグルト・フルーツソース				
おやつ	スイスロール	ヨーグルトパバロア	まんじゅう				
夕	御飯 ネギ塩チキン 南瓜の甘煮 三色ナムル すまし汁	御飯 さばの甘辛煮 ひじきの煮物 かぶの生姜和え 味噌汁	御飯 つみれとレンコンの煮物 もやしの和風炒め 茹かぶのサラダ すまし汁				

※仕入れ等の関係により献立内容が変わることがございます。
 ※常食の献立内容を掲載させていただきます。