

4月献立表(桜ホーム)

1 日朝	* ご飯 * なめこ汁(葱) * 鰯の塩焼き(おろしポン酢) * 南瓜のこってり煮	1 日昼	* ご飯 * すまし汁(エノキ、ワカメ) * がんもの煮物(人参、鶏肉) * 春雨サラダ(玉子、胡瓜) * ハナナ	1 日夕	* ご飯 * 菘玉スープ * ひじき煮(人参) * シーフードオムレツ
2 日朝	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、葱) * ヤクルト * ロールキャベツのコンソメ煮(オクラ添え) * カブとうまい菜のガーリックソテー(玉葱、ペーコン)	2 日昼	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、葱) * ロールキャベツのコンソメ煮 * ヤクルト * カブとうまい菜のガーリックソテー(玉葱、ペーコン、ニンニク)	2 日夕	* ご飯 * すまし汁(ワカメ、蒲鉾) * ササミのピカタ(レタス) * マカロニサラダ(胡瓜、ハム) * リンゴ
3 日朝	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、人参) * キクラゲ天の煮物 * ほうれん草とキノコのソテー(人参)	3 日昼	* お好み焼(豚肉、キャベツ、モヤシ) * 小ご飯 * 酢物(大根、人参) * すまし汁(椎茸、玉子) * オレソジ	3 日夕	* ご飯 * 鯖の煮付 * 白菜の煮浸し(薄揚) * 味噌汁(葱、豆腐)
4 日朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、玉子、葱) * 豚肉と野菜のレモン風味炒め(キャベツ、玉葱、人参) * 人参の炒め煮(蒲鉾、薄揚)	4 日昼	* ご飯 * 餃子(レタス) * あらめの煮物(角天、人参) * すまし汁(豆腐、シメジ) * ハナナ	4 日夕	* ご飯 * ぬた(イカ、葱) * 鶏の南蛮漬け(ピーマン、人参、玉葱) * 味噌汁(葱、豆腐)
5 日朝	* ご飯 * 味噌汁(麩、ワカメ、葱) * 豆乳がんと人参の煮付 * 小松菜とハンパンの煮浸し * ヨーグルト	5 日昼	* ご飯 * 玉子スープ * 麻婆豆腐(ミンチ、玉葱) * 茄子と長天煮	5 日夕	* ご飯 * 冬瓜のあんかけ * 鰯のトマト風味(玉葱) * スナッフエンドウ
6 日朝	* ご飯 * さつま揚げの煮付 * 五日煮(干瓢、蓮根、人参、牛蒡、薄揚) * 味噌汁(玉葱、じゃが芋)	6 日昼	* ご飯 * チキンカツ(レタス) * 中華風酢物(春雨、胡瓜、ハム) * 味噌汁(豆腐、葱) * りんご	6 日夕	* ご飯 * 鯖のおろし煮 * ひじきと蒸し鶏のサラダ * 味噌汁(麩、玉葱)
7 日朝	* ご飯 * 味噌汁(薄揚、人参) * 肉じゃが(牛肉、人参、玉葱) * 白菜とウィンナーの玉子ソテー(じゃが芋、玉葱)	7 日昼	花見弁当・押寿司、稲荷寿司、刺身(サーモン、ヒラリ)、串団子 タラの芽天ぷら、海鮮かき揚げ、厚焼き玉子(シーチキン) ポテサラ、ぜんまい煮(肉団子、里芋)、すまし汁(鰹、春菊、麩)	7 日夕	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、シメジ) * 和風ハンバーグ(ミンチ、玉葱) * サラダ(ツナ、胡瓜、ハム)
8 日朝	* ご飯 * 味噌汁(ワカメ、エノキ) * 鰯のつみれ煮(玉葱) * 切干大根と椎茸の佃煮風	8 日昼	* ミートスパ(ミンチ、玉葱、トマト缶) * 高野豆腐(人参) * ハナナ * コンソメスープ(ペーコン、玉葱)	8 日夕	* ご飯 * 南瓜煮 * 味噌汁(白菜、薄揚) * 鰯の野菜あんかけ(エノキ、玉葱、人参)
9 日朝	* ご飯 * キャベツとキノコのソテー * ヤクルト * 味噌汁(玉葱、薄揚、ワカメ、葱) * スクランブルエッグ盛合せ(スナッフエンドウ、ハム)	9 日昼	* ご飯 * 鯖の竜田揚げ * モヤシの酢物(カニカマ) * かき玉汁(葱) * りんご	9 日夕	* ご飯 * 豚バラ大根 * ホテサラ(胡瓜、ハム) * すまし汁(麩、シメジ)
10 日朝	* ご飯 * 鯖の煮付(菜の花のお浸し) * 牛蒡と大豆の甘辛煮 * 味噌汁(白菜、麩)	10 日昼	* ご飯 * かに玉(カニカマ、葱) * 白菜のたくたく煮(薄揚) * 味噌汁(さつま芋、葱) * みかん	10 日夕	* ご飯 * 鰯のあんかけ * 南瓜の煮物 * 味噌汁(シメジ、ワカメ)
11 日朝	* ご飯 * 角揚げの煮付 * カリフラワーの中華野菜あんかけ * 味噌汁(じゃが芋、人参)	11 日昼	* ご飯 * 人参しりしり(玉子) * ホトウ(ウィンナー、人参、じゃが芋、玉葱) * 焼売 * りんご	11 日夕	* ご飯 * ハンパンスライ(大葉) * 春雨サラダ(胡瓜、ハム) * 味噌汁(エノキ)
12 日朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、ワカメ) * 鶏団子煮(蓮根煮付添え) * ヨーグルト * 卵の花炒め(人参、薄揚、椎茸)	12 日昼	* そば(蒲鉾、トロロ、天かす、葱) * 小ご飯 * ハナナ * じゃが芋と赤天煮	12 日夕	* ご飯 * 味噌汁(薄揚げ、ワカメ) * 筍と人参のちりめん和え * 赤魚とキノコの煮付
13 日朝	* ご飯 * 味噌汁(小松菜、薄揚げ) * グリーンピース天の炊き合わせ * 豚肉と牛蒡の甘辛煮	13 日昼	* カレーライス(じゃが芋、人参、玉葱、鶏肉) * キャベツのサラダ(ハム、胡瓜) * ワンタンスープ * りんご	13 日夕	* ご飯 * 味噌汁(白菜、薄揚げ) * 豆腐のピリ辛味噌炒め(玉子、シメジ、ピーマン) * 南瓜レーズンサラダ
14 日朝	* ご飯 * ハンパン含め煮 * 味噌汁(豆腐、ワカメ) * 厚揚げの煮付(人参、木耳、大豆)	14 日昼	* ご飯 * すまし汁(ワカメ、カニカマ) * 豚バラとじゃが芋の煮物(人参、玉葱) * 春雨酢物(ハム、胡瓜) * りんご	14 日夕	* ご飯 * 菘玉スープ * がんものあんかけ(鶏ミンチ、人参、葱) * 切干大根(角天、人参)
15 日朝	* ご飯 * 味噌汁(シメジ、人参) * 筍と落の煮物 * 鶏牛蒡稲荷と人参の煮物	15 日昼	* ご飯 * ハトウの天ぷら(レタス) * 人参しりしり(シーチキン、玉子) * 味噌汁(玉葱、薄揚げ、葱) * ハナナ	15 日夕	* ご飯 * キャベツの酢味噌和え(ゴマ) * おでん(大根、厚揚、竹輪、玉子、鶏肉) * 味噌汁(シメジ、葱、玉葱)
16 日朝	* ご飯 * 味噌汁(キャベツ、玉子) * ミートボール * ヤクルト * セロリとペーコンのコンソメ煮	16 日昼	* 小ご飯 * ハナナ * ほうれん草のゴマ和え(人参、竹輪) * シチュー(鶏肉、人参、じゃが芋、玉葱)	16 日夕	* ご飯 * 鯖の味噌煮 * すまし汁(エノキ、麩) * 紅白生酢(大根、人参)

4月献立表(桜ホーム)

17 日 朝	*ご飯*牛蒡のおかか煮 *味噌汁(厚揚げ、葱) *鯖照焼(菜の花のお浸し)	17 日 昼	*ご飯*スパサラ(胡瓜、ハム、玉子) *酢豚(玉葱、人参、シメジ、ピーマン) *中華スープ(玉葱、ゴマ、ワカメ)*リンゴ	17 日 夕	*ご飯*モヤシのナムル(人参、ゴマ) *味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) *オムレツ(ミンチ、玉葱、人参)
18 日 朝	*ご飯*味噌汁(白菜、長天、葱) *チーズオムレツのトマトソースかけ *ピーマンと干しエビの旨塩炒め(キャベツ)	18 日 昼	*ご飯*コンソメスープ(ベーコン、玉葱) *鶏胸肉のピカタ*リンゴのコンポート *キャベツのサラダ(ハム、コーン、竹輪)	18 日 夕	*炊込みご飯(薄揚げ、人参、牛蒡、鶏肉) *筍の味噌煮*冷奴(葱) *味噌汁(白菜、シメジ)
19 日 朝	*ご飯*味噌汁(エノキ、麩、葱)*ヨーグルト *豆腐と豚肉のチャンプル(ゴーヤ、玉葱) *ひじきとさつま揚げの煮物(人参)	19 日 昼	*炊き込みピラフ(ベーコン、MIXベジ) *ほうれん草の玉子とじ(魚肉ソーセージ) *コンソメスープ(牛乳)*バナナ	19 日 夕	*ご飯*味噌汁(玉葱、人参) *高野の煮付 *鰯のつみれと大根煮
20 日 朝	*ご飯*千草焼き *切干大根煮(人参、薄揚げ) *味噌汁(キャベツ、薄揚げ、玉子)	20 日 昼	*ご飯*味噌汁(ワカメ、麩) *がんも煮(人参、シメジ) *春雨サラダ(胡瓜、ハム)*りんご	20 日 夕	*ご飯*茄子のゴマ味噌かけ *鰯のキノコソース(平茸、椎茸、玉葱、人参、マッシュルーム) *すまし汁(豆腐、葱)
21 日 朝	*ご飯*筑前煮 *お魚厚揚げ *味噌汁(玉葱、シメジ)	21 日 昼	*ご飯*中華スープ(エノキ、葱) *肉団子甘辛煮(人参、玉葱) *胡瓜酢味噌(カニカマ、ワカメ)*バナナ	21 日 夕	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、薄揚、葱) *大根煮(鶏肉、人参、竹輪) *小松菜ゴマ和え
22 日 朝	*ご飯*味噌汁(ワカメ、豆腐、葱) *枝豆がんもと花人参の煮物 *キャベツと竹輪の煮浸し	22 日 昼	*和風スパゲティ(キャベツ、ベーコン) *小ご飯(ふりかけ)*コンソメスープ *ポテサラ(胡瓜、ハム)*バナナ	22 日 夕	*ご飯*すまし汁(エノキ、葱) *鯖の竜田揚げ(キャベツ) *春雨酢物(カニカマ、ワカメ)
23 日 朝	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、薄揚) *和風オムレツ盛合せ(鶏肉、玉葱、スナップエンドウ) *青梗菜とコーンのソテー*ヤクルト	23 日 昼	*ご飯*味噌汁(ワカメ、麩)*甘夏 *茄子のくたくた煮(ミンチ、厚揚げ) *あらめ煮(人参、角天、ゴマ)	23 日 夕	*ご飯*ササミのピカタ(キャベツ) *小松菜のおひたし(人参) *素麺汁(玉葱、葱)
24 日 朝	*ご飯*味噌汁(豆腐、エノキ) *白身魚揚げ(玉葱、人参) *小松菜とキノコの炒め煮(シメジ)	24 日 昼	*ハヤシライス(牛肉、玉葱) *マカロニサラダ(レタス、胡瓜、ハム) *コンソメスープ(カニカマ、玉葱)*バナナ	24 日 夕	*ご飯*鰯の煮付 *新玉の玉子とじ *味噌汁(豆腐、葱)
25 日 朝	*ご飯*豚の生姜焼き(玉葱、人参) *ひじき煮(人参、薄揚) *味噌汁(キャベツ、薄揚げ)	25 日 昼	*ゆかりお結び*バナナ *きつねうどん(蒲鉾、葱) *人参しりしり(ツナ、玉子)	25 日 夕	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、人参) *筑前煮(鶏肉、人参、角天、じゃが芋、椎茸) *酢味噌和え(ブロッコリー、カニカマ)
26 日 朝	*ご飯*味噌汁(ワカメ、麩、葱) *鰯のみりん焼き(インゲン添え) *青梗菜と蒲鉾の煮浸し*苺ヨーグルト	26 日 昼	*ご飯*コンソメスープ(キャベツ) *オムレツ(ミンチ、玉葱、じゃが芋、人参) *バナナ、甘夏	26 日 夕	*ご飯*味噌汁(豆腐、葱) *グラタンフライ*スナップエンドウ *牛蒡の中華炒め(人参)
27 日 朝	*ご飯*筍の土佐煮 *厚揚げと葱の煮物(人参) *味噌汁(玉葱、エノキ、薄揚)	27 日 昼	*お好み焼(豚肉、キャベツ、モヤシ) *小ライス*キウイ *白菜と肉団子スープ	27 日 夕	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、人参) *チキンカツの玉子とじ *ほうれん草とベーコンのバターソテー
28 日 朝	*ご飯*味噌汁(ほうれん草、薄揚) *肉詰め稲荷の煮物(人参) *竹輪とピーマンの甘辛煮	28 日 昼	*親子丼(玉葱、鶏肉、玉子) *大根と人参の酢物(ゴマ) *すまし汁(麩、ワカメ)*苺	28 日 夕	*ご飯*鰯のムニエル(トマト) *厚揚げの中華あんかけ(玉葱、人参、エノキ) *味噌汁(ワカメ、豆腐、葱)
29 日 朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、人参、葱) *桜エビしんじょうの和風あんかけ *白菜の炒め煮(薄揚、シメジ)	29 日 昼	*ヤキソバ(豚肉、人参、キャベツ) *マカロニサラダ(胡瓜、ハム) *中華スープ(玉葱、カニカマ)	29 日 夕	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、薄揚) *小松菜の磯辺和え *マルのおろし煮(ピーマン)
30 日 朝	*ご飯*味噌汁(ナメコ、玉葱、葱) *豆腐つくね団子オムレツソースかけ *ジャガミート(じゃが芋、ミンチ)*ヤクルト	30 日 昼	*ご飯*すまし汁(ワカメ、麩、葱) *豚の生姜焼き(玉葱) *小松菜白和え(人参)*バナナ	30 日 夕	*ご飯*オニオンスープ *煮しめ(鶏肉、大根、人参、牛蒡、椎茸、蒟蒻) *竹輪とモヤシのチヂミ(苴)
31 日 朝		31 日 昼		31 日 夕	

4月献立表(銀杏ホーム)

1 日朝	* ご飯 * なめこ汁(葱) * 鰯の塩焼き(おろしポン酢) * 南瓜のこってり煮	1 日昼	* ご飯 * すまし汁(エノキ、ワカメ) * がんもの煮物(人参、鶏肉) * 春雨サラダ(玉子、胡瓜) * ハナナ	1 日夕	* ご飯 * 菫玉スープ * ひじき煮(人参) * シーフードオムレツ
2 日朝	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、葱) * ヤクルト * ロールキャベツのコンソメ煮(オクラ添え) * カブとうまい菜のガーリックソテー(玉葱、ペーコン)	2 日昼	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、葱) * ロールキャベツのコンソメ煮 * ヤクルト * カブとうまい菜のガーリックソテー(玉葱、ペーコン、ニンニク)	2 日夕	* ご飯 * すまし汁(ワカメ、蒲鉾) * ササミのピカタ(レタス) * マカロニサラダ(胡瓜、ハム) * リンゴ
3 日朝	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、人参) * キクラゲ天の煮物 * ほうれん草とキノコのソテー(人参)	3 日昼	* お好み焼(豚肉、キャベツ、モヤシ) * 小ご飯 * 酢物(大根、人参) * すまし汁(椎茸、玉子) * オレソジ	3 日夕	* ご飯 * 鯖の煮付 * 白菜の煮浸し(薄揚) * 味噌汁(葱、豆腐)
4 日朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、玉子、葱) * 豚肉と野菜のレモン風味炒め(キャベツ、玉葱、人参) * 人参の炒め煮(蒲鉾、薄揚)	4 日昼	* ご飯 * 餃子(レタス) * あらめの煮物(角天、人参) * すまし汁(豆腐、シメジ) * ハナナ	4 日夕	* ご飯 * ぬた(イカ、葱) * 鶏の南蛮漬け(ピーマン、人参、玉葱) * 味噌汁(葱、豆腐)
5 日朝	* ご飯 * 味噌汁(麩、ワカメ、葱) * 豆乳がんと人参の煮付 * 小松菜とハンパンの煮浸し * ヨーグルト	5 日昼	* ご飯 * 玉子スープ * 麻婆豆腐(ミンチ、玉葱) * 茄子と長天煮	5 日夕	* ご飯 * 冬瓜のあんかけ * 鰯のトマト風味(玉葱) * スナップエンドウ
6 日朝	* ご飯 * さつま揚げの煮付 * 五目煮(干瓢、蓮根、人参、牛蒡、薄揚) * 味噌汁(玉葱、じゃが芋)	6 日昼	* ご飯 * チキンカツ(レタス) * 中華風酢物(春雨、胡瓜、ハム) * 味噌汁(豆腐、葱) * りんご	6 日夕	* ご飯 * 鯖のおろし煮 * ひじきと蒸し鶏のサラダ * 味噌汁(麩、玉葱)
7 日朝	* ご飯 * 味噌汁(薄揚、人参) * 肉じゃが(牛肉、人参、玉葱) * 白菜とウィンナーの玉子ソテー(じゃが芋、玉葱)	7 日昼	花見弁当・押寿司、稲荷寿司、刺身(サーモン、ヒラリ)、串団子 タラの芽天ぷら、海鮮かき揚げ、厚焼き玉子(シーチキン) ポテサラ、ぜんまい煮(肉団子、里芋)、すまし汁(鰹、春菊、麩)	7 日夕	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、シメジ) * 和風ハンバーグ(ミンチ、玉葱) * サラダ(ツナ、胡瓜、ハム)
8 日朝	* ご飯 * 味噌汁(ワカメ、エノキ) * 鰯のつみれ煮(玉葱) * 切干大根と椎茸の佃煮風	8 日昼	* ミートパ(ミンチ、玉葱、トマト缶) * 高野豆腐(人参) * ハナナ * コンソメスープ(ペーコン、玉葱)	8 日夕	* ご飯 * 南瓜煮 * 味噌汁(白菜、薄揚) * 鰯の野菜あんかけ(エノキ、玉葱、人参)
9 日朝	* ご飯 * キャベツとキノコのソテー * ヤクルト * 味噌汁(玉葱、薄揚、ワカメ、葱) * スクランブルエッグ盛合せ(スナップエンドウ、ハム)	9 日昼	* ご飯 * 鯖の竜田揚げ * モヤシの酢物(カニカマ) * かき玉汁(葱) * りんご	9 日夕	* ご飯 * 豚バラ大根 * ホテサラ(胡瓜、ハム) * すまし汁(麩、シメジ)
10 日朝	* ご飯 * 鯖の煮付(菜の花のお浸し) * 牛蒡と大豆の甘辛煮 * 味噌汁(白菜、麩)	10 日昼	* ご飯 * かに玉(カニカマ、葱) * 白菜のたくたく煮(薄揚) * 味噌汁(さつま芋、葱) * みかん	10 日夕	* ご飯 * 鰯のあんかけ * 南瓜の煮物 * 味噌汁(シメジ、ワカメ)
11 日朝	* ご飯 * 角揚げの煮付 * カリフラワーの中華野菜あんかけ * 味噌汁(じゃが芋、人参)	11 日昼	* ご飯 * 人参しりしり(玉子) * ホトウ(ウィンナー、人参、じゃが芋、玉葱) * 焼売 * りんご	11 日夕	* ご飯 * ハンパンスライ(大葉) * 春雨サラダ(胡瓜、ハム) * 味噌汁(エノキ)
12 日朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、ワカメ) * 鶏団子煮(蓮根煮付添え) * ヨーグルト * 卵の花炒め(人参、薄揚、椎茸)	12 日昼	* そば(蒲鉾、トロロ、天かす、葱) * 小ご飯 * ハナナ * じゃが芋と赤天煮	12 日夕	* ご飯 * 味噌汁(薄揚げ、ワカメ) * 筍と人参のちりめん和え * 赤魚とキノコの煮付
13 日朝	* ご飯 * 味噌汁(小松菜、薄揚げ) * グリーンピース天の炊き合わせ * 豚肉と牛蒡の甘辛煮	13 日昼	* カレーライス(じゃが芋、人参、玉葱、鶏肉) * キャベツのサラダ(ハム、胡瓜) * ワンタンスープ * りんご	13 日夕	* ご飯 * 味噌汁(白菜、薄揚げ) * 豆腐のピリ辛味噌炒め(玉子、シメジ、ピーマン) * 南瓜レーズンサラダ
14 日朝	* ご飯 * ハンパン含め煮 * 味噌汁(豆腐、ワカメ) * 厚揚げの煮付(人参、木耳、大豆)	14 日昼	* ご飯 * すまし汁(ワカメ、カニカマ) * 豚バラとじゃが芋の煮物(人参、玉葱) * 春雨酢物(ハム、胡瓜) * りんご	14 日夕	* ご飯 * 菫玉スープ * がんものあんかけ(鶏ミンチ、人参、葱) * 切干大根(角天、人参)
15 日朝	* ご飯 * 味噌汁(シメジ、人参) * 筍と落の煮物 * 鶏牛蒡稲荷と人参の煮物	15 日昼	* ご飯 * ハトウの天ぷら(レタス) * 人参しりしり(シーチキン、玉子) * 味噌汁(玉葱、薄揚げ、葱) * ハナナ	15 日夕	* ご飯 * キャベツの酢味噌和え(ゴマ) * おでん(大根、厚揚、竹輪、玉子、鶏肉) * 味噌汁(シメジ、葱、玉葱)
16 日朝	* ご飯 * 味噌汁(キャベツ、玉子) * ミートボール * ヤクルト * セロリとペーコンのコンソメ煮	16 日昼	* 小ご飯 * ハナナ * ほうれん草のゴマ和え(人参、竹輪) * シチュー(鶏肉、人参、じゃが芋、玉葱)	16 日夕	* ご飯 * 鯖の味噌煮 * すまし汁(エノキ、麩) * 紅白生酢(大根、人参)

4月献立表(銀杏ホーム)

17 日朝	* ご飯 * 牛蒡のおかか煮 * 味噌汁(厚揚げ、葱) * 鯖照焼(菜の花のお浸し)	17 日昼	* ご飯 * スパサ(胡瓜、ハム、玉子) * 酢豚(玉葱、人参、シメジ、ピーマン) * 中華スープ(玉葱、ゴマ、ワカメ) * リンゴ	17 日夕	* ご飯 * モヤシのナムル(人参、ゴマ) * 味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) * オムレツ(ミンチ、玉葱、人参)
18 日朝	* ご飯 * 味噌汁(白菜、長天、葱) * チーズオムレツのトマトソースかけ * ピーマンと干しエビの旨塩炒め(キャベツ)	18 日昼	* ご飯 * コンソメスープ(ベーコン、玉葱) * 鶏胸肉のピカタ * リンゴのコンポート * キャベツのサラダ(ハム、コーン、竹輪)	18 日夕	* 炊込みご飯(薄揚げ、人参、牛蒡、鶏肉) * 筍の味噌煮 * 冷奴(葱) * 味噌汁(白菜、シメジ)
19 日朝	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、蕨、葱) * ヨーグルト * 豆腐と豚肉のチャンプル(ゴーヤ、玉葱) * ひじきとさつま揚げの煮物(人参)	19 日昼	* 炊き込みピラフ(ベーコン、MIXベジ) * ほうれん草の玉子とじ(魚肉ソーセージ) * コーンスープ(牛乳) * ハナナ	19 日夕	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、人参) * 高野の煮付 * 鰯のつみれと大根煮
20 日朝	* ご飯 * 干草焼き * 切干大根煮(人参、薄揚げ) * 味噌汁(キャベツ、薄揚げ、玉子)	20 日昼	* ご飯 * 味噌汁(ワカメ、蕨) * がんも煮(人参、シメジ) * 春雨サラダ(胡瓜、ハム) * りんご	20 日夕	* ご飯 * 茄子のゴマ味噌かけ * 鰯のキノコソース(平茸、椎茸、玉葱、人参、マッシュルーム) * すまし汁(豆腐、葱)
21 日朝	* ご飯 * 筑前煮 * お魚厚揚げ * 味噌汁(玉葱、シメジ)	21 日昼	* ご飯 * 中華スープ(エノキ、葱) * 肉団子甘辛煮(人参、玉葱) * 胡瓜酢味噌(カニカマ、ワカメ) * ハナナ	21 日夕	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、薄揚、葱) * 大根煮(鶏肉、人参、竹輪) * 小松菜ゴマ和え
22 日朝	* ご飯 * 味噌汁(ワカメ、豆腐、葱) * 枝豆がんもと花人参の煮物 * キャベツと竹輪の煮浸し	22 日昼	* 和風スパゲティ(キャベツ、ベーコン) * 小ご飯(ふりかけ) * コーンスープ * ホテサラ(胡瓜、ハム) * ハナナ	22 日夕	* ご飯 * すまし汁(エノキ、葱) * 鯖の竜田揚げ(キャベツ) * 春雨酢物(カニカマ、ワカメ)
23 日朝	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、薄揚) * 和風オムレツ盛合せ(鶏肉、玉葱、スナップエンドウ) * 青梗菜とコーンのソテー * ヤクルト	23 日昼	* ご飯 * 味噌汁(ワカメ、蕨) * 甘夏 * 茄子のたくたく煮(ミンチ、厚揚げ) * あらめ煮(人参、角天、ゴマ)	23 日夕	* ご飯 * ササミのピカタ(キャベツ) * 小松菜のおひたし(人参) * 素麺汁(玉葱、葱)
24 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、エノキ) * 白身魚揚げ(玉葱、人参) * 小松菜とキノコの炒め煮(シメジ)	24 日昼	* ハヤシライス(牛肉、玉葱) * マカロニサラダ(レタス、胡瓜、ハム) * コンソメスープ(カニカマ、玉葱) * ハナナ	24 日夕	* ご飯 * 鰯の煮付 * 新玉の玉子とじ * 味噌汁(豆腐、葱)
25 日朝	* ご飯 * 豚の生姜焼き(玉葱、人参) * ひじき煮(人参、薄揚) * 味噌汁(キャベツ、薄揚げ)	25 日昼	* ゆかりお結び * ハナナ * きつねうどん(蒲鉾、葱) * 人参しりしり(ツナ、玉子)	25 日夕	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、人参) * 筑前煮(鶏肉、人参、角天、じゃが芋、椎茸) * 酢味噌和え(ブロッコリー、カニカマ)
26 日朝	* ご飯 * 味噌汁(ワカメ、蕨、葱) * 鰯のみりん焼き(インゲン添え) * 青梗菜と蒲鉾の煮浸し * 苺ヨーグルト	26 日昼	* ご飯 * コンソメスープ(キャベツ) * オムレツ(ミンチ、玉葱、じゃが芋、人参) * ハナナ、甘夏	26 日夕	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、葱) * グラタンフライ * スナップエンドウ * 牛蒡の中華炒め(人参)
27 日朝	* ご飯 * 筍の土佐煮 * 厚揚げと葱の煮物(人参) * 味噌汁(玉葱、エノキ、薄揚)	27 日昼	* お好み焼(豚肉、キャベツ、モヤシ) * 小ライス * キウイ * 白菜と肉団子スープ	27 日夕	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、人参) * チキンカツの玉子とじ * ほうれん草とベーコンのバターソテー
28 日朝	* ご飯 * 味噌汁(ほうれん草、薄揚) * 肉詰め稲荷の煮物(人参) * 竹輪とピーマンの甘辛煮	28 日昼	* 親子丼(玉葱、鶏肉、玉子) * 大根と人参の酢物(ゴマ) * すまし汁(蕨、ワカメ) * 苺	28 日夕	* ご飯 * 鰯のムニエル(トマト) * 厚揚げの中華あんかけ(玉葱、人参、エノキ) * 味噌汁(ワカメ、豆腐、葱)
29 日朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、人参、葱) * 桜エビしんじょうの和風あんかけ * 白菜の炒め煮(薄揚、シメジ)	29 日昼	* ヤキソバ(豚肉、人参、キャベツ) * マカロニサラダ(胡瓜、ハム) * 中華スープ(玉葱、カニカマ)	29 日夕	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、薄揚) * 小松菜の磯辺和え * メバルのおろし煮(ピーマン)
30 日朝	* ご飯 * 味噌汁(ナメコ、玉葱、葱) * 豆腐つくね団子オーロソースかけ * ジャガミート(じゃが芋、ミンチ) * ヤクルト	30 日昼	* ご飯 * すまし汁(ワカメ、蕨、葱) * 豚の生姜焼き(玉葱) * 小松菜白和え(人参) * ハナナ	30 日夕	* ご飯 * オニオンスープ * 煮しめ(鶏肉、大根、人参、牛蒡、椎茸、蒟蒻) * 竹輪とモヤシのチヂミ(苺)
31 日朝		31 日昼		31 日夕	