

# なてしこ

# 1週間の献立

# 2021年



4月28日

～

5月4日

日	28	29	30	1	2	3	4	
曜日	水	木	金	土	日	月	火	
朝	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	副食	味噌汁 ひじきの煮付け	味噌汁 春雨の煮付け	味噌汁 糸こんにゃくと絹さやの卵とじ	味噌汁 切り干し大根の煮付け	味噌汁 くずし豆腐煮	味噌汁 じゃが芋の煮っころがし	味噌汁 小松菜の煮浸し
		ポテトソテー	かぼちゃサラダ	きのこ竹輪のソテー	ブロッコリーサラダ	茄子ソテー	きゃべつサラダ	大根ソテー
		フルーツ	たくあん	フルーツ	高菜漬け	フルーツ	金時煮豆	フルーツ
		飲み物	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物
昼	主食	ご飯	むきえびと野菜の天井	<b>特別</b> ご飯	ご飯	ご飯	京風散らし寿司	
	副食	ちゃんぽん麺	豆腐の辛味炒め	お好み焼き	鯖の味噌煮	ビーフシチュー	鯖の塩麴漬け焼き	長芋の旨煮
		あさりと切り干しの炒り煮	フレンチサラダ	トマトサラダ	ささ身とスナップの炒め物	五目ひじき煮	かぼちゃの鶏あんかけ	白菜のわさび和え
		トマトのマリネサラダ	とろろ昆布のすまし汁	かぼちゃのコンソメスープ	菜種和え	コールスローサラダ	大根の酢味噌和え	そうめん汁
		バナナ	パイナップル	アイスクリーム	つみれ汁	キウイフルーツ	野菜汁	オレンジジュース 寒天
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	副食	鱈の梅煮	焼き肉風	鯛の塩焼き	蒸し鶏の甘酢ねぎソースかけ	八宝菜	牛肉と新玉ねぎの卵とじ	はまちの生姜煮
		チンゲン菜のサッと炒め	茄子の味噌煮	鶏肉と小松菜の炒り煮	高野豆腐の含め煮	きつま芋のレモン煮	あさりのごま風味炒め	チャプチェ
		長芋の酢の物	大根の酢の物	蒸し茄子の中華風酢の物	白菜のおかか和え	春雨の酢の物	里芋の梅風味サラダ	海藻サラダ
		茄子の味噌汁	ワカメスープ	赤だし	じゃが芋スープ	かき玉スープ	中華スープ	里芋の味噌汁

### 【ひとくちコメント】

**特別**

の印は特別メニューです

ゴールデンウィークに入りますが、今年も外出行事は中止！ハナミズキや藤の花はいつもより早く咲き終わりそうです。寂しい気分を少しでもまぎらわして頂くため、皆様の好きな「お寿司」や「天井」をメニューに取り入れました。どうぞ、お楽しみに。

(30日の昼食は特別メニューで『鉄板お好み焼きご膳』をご用意致します。)

