

かとれあ・なてしこ

1週間の献立

2021年



4月14日

～

4月20日

日	14	15	16	17	18	19	20	
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 玉ねぎの卵とじ	味噌汁 かぼちゃの煮付け	味噌汁 高野豆腐の含め煮	味噌汁 切り干し大根の煮付け	味噌汁 白菜の煮浸し	味噌汁 茄子の煮付け	味噌汁 くずし豆腐煮
		茄子ソテー	茹で卵サラダ	きのこ竹輪のソテー	ブロッコリーサラダ	もやしソテー	かぼちゃサラダ	ブロッコリーソテー
		フルーツ	梅干し	フルーツ	浅漬け	フルーツ	たくあん	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	牛丼	たこ飯	ご飯	特別 ご飯	ご飯	ご飯	
	副食	いか大根	天ぷらうどん	ハンバーグ 野菜あんかけ	竹の子ご飯	豚こつ風煮	鯖の若草焼き	牛肉のソテー さっぱりマリネ
		グリーンサラダ	春きゃべつのサッと炒め	大根の金平	山菜そば	パプリカのカラフル炒め	里芋と鶏肉の旨煮	小松菜と厚揚げの煮浸し
		若竹汁	長芋の酢の物	スナックとポテトのサラダ	小松菜とあさりの炒り煮	大根の酢の物	白菜の梅肉和え	五目浸し
		キウイフルーツ	りんごのコンポート	中華スープ	揚げ茄子の南蛮漬	春きゃべつのミルクスープ	なめこ椀	角切り野菜スープ
		ヨーグルト	ようかん	オレンジ	りんご	バナナ		
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	副食	鱈の煮付け	ゆで豚サラダ風	はまちの南部焼き	牛肉と炒り卵の炒め物	鯛の酒蒸し	鶏肉の鍋照り煮	鯖の甘辛煮
		チンゲン菜の中華炒め	炒り豆腐	白菜のキムチ炒め	五目煮豆	厚揚げ豆腐の味噌炒め	ジャーマンポテト	きゃべつのケチャップ炒め
		春雨と三つ葉の酢の物	切り干し大根の明太子和え	竹の子の木の芽和え	ひじきの生姜酢和え	長芋のしそ和え	きゃべつと炒り卵の酢の物	蒸し茄子の酢の物
	豚汁	ほうれん草スープ	かき玉汁	野菜汁	潮汁	豆腐の味噌汁	とろろ昆布のすまし汁	

特別

の印は特別メニューです

【ひとくちコメント】

17日の昼食は特別メニューで『山菜そばご膳』をご用意致します。旬の竹の子は土鍋で「竹の子ご飯」にしてお出しします。15日は「天ぷらうどん」で、「たこ飯」を炊きたいと思います。この時期は、ご飯がたこの色に染まりピンク色になることから「桜飯」とも言います。どうぞ、お楽しみに。

