



# 4月 献立表



現 場：通所リハビリテーションひかり

献立種類：常食（個別献立）

期 間：2017/4/1～2017/4/30

	月	火	水	木	金
	3	4	5	6	7
昼食	赤飯 白身魚の磯辺天ぷら 豆腐のかにあんかけ 小松菜の梅肉和え 味噌汁	ごはん 鶏肉のから揚げおろしポン酢 きんぴらごぼう 青梗菜の中華和え 味噌汁	ちらし寿司 茶碗蒸し 筍の土佐煮 赤だし 水ようかん	ごはん たらのちり蒸し（みそだれ） 大豆五目煮 ブロッコリーのごまマヨ和え 清汁	ごはん 鮭のタルタルソース焼き ジャーマンポテト ほうれん草のじゃこ和え 卵スープ
	エネルギー - 589kcal	エネルギー - 572kcal	エネルギー - 586kcal	エネルギー - 609kcal	エネルギー - 580kcal
	10	11	12	13	14
昼食	塩ラーメン 春巻き キャベツの土佐酢和え 杏仁フルーツ	ごはん 魚のバター醤油ソテー ポテトサラダ ほうれん草のピーナッツ和え コンソメスープ	ごはん 鱈の野菜あんかけ 厚揚げの味噌炒め いんげんの塩昆布和え 清汁	♪春のパンフェア♪ ミックスサンド 温野菜サラダ コンソメスープ ヨーグルト	ごはん 鶏肉のはちみつケチャップ エンドウとコーンのソテー 大根サラダ 味噌汁
	エネルギー - 566kcal	エネルギー - 588kcal	エネルギー - 567kcal	エネルギー - 596kcal	エネルギー - 570kcal
	17	18	19	20	21
昼食	ごはん 鯖の味噌煮 里芋の含め煮 ワサとカキの和え物 清汁	鶏そぼろ丼 小松菜の煮浸し カワラワの辛子酢みそかけ 茶そば汁 バナナ	ごはん 豚肉の香味炒め 南瓜いとこ煮 もやしのごま酢和え 味噌汁	ごはん たらの揚げびたし 牛肉のしぐれ煮 菜の花のポン酢和え 味噌汁	ビーフカレー 水菜サラダ コンソメスープ オレンジ
	エネルギー - 593kcal	エネルギー - 578kcal	エネルギー - 605kcal	エネルギー - 594kcal	エネルギー - 615kcal
	24	25	26	27	28
昼食	ごはん メンチカツ ブロッコリーの吉野煮 海藻サラダ 清汁	ごはん 太刀魚の塩焼き がんもの含め煮 ほうれん草のおかか和え 味噌汁	ごはん 鶏の南蛮漬け 大根とむき海老の煮物 小松菜の和え物 味噌汁	*今月の逸品* さつますもじ 卵豆腐 菜の花のからし和え 赤だし オレンジ	ごはん 麻婆豆腐 きんぴらレンコン 蒸し鶏のサラダ わかめスープ
	エネルギー - 609kcal	エネルギー - 558kcal	エネルギー - 566kcal	エネルギー - 548kcal	エネルギー - 583kcal

\*材料の仕入れの都合により、献立が一部変更になることがあります。株式会社 魚国総本社