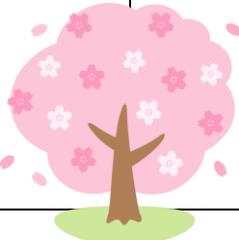


# 4月 献立表



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：2020/4/1～2020/4/30

	月	火	水	木	金
			1	2	3
昼食			赤飯 白身魚の磯辺天ぷら 卵豆腐 長芋の梅肉和え 味噌汁	ごはん 肉じゃが 揚げ出し豆腐 白菜と昆布の甘酢漬け 味噌汁	ごはん 鮭のタルタルソース焼き ジャーマンポテト 卵スープ 杏仁フルーツ
			エネルギー - 593kcal	エネルギー - 596kcal	エネルギー - 598kcal
	6	7	8	9	10
昼食	塩ラーメン 春巻き キャベツの土佐酢和え オレンジ	ごはん 魚のバター醤油ソテー かぼちゃの炒り煮 ほうれん草のピーナッツ和え 味噌汁	ごはん 鱈の野菜あんかけ 厚揚げの味噌炒め いんげんのごま和え 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 バナナ	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 - 567kcal	エネルギー - 576kcal	エネルギー - 584kcal	エネルギー - 589kcal	エネルギー - 603kcal
	13	14	15	16	17
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 カワラワの辛子酢みそかけ 茶そば汁 いちごゼリー	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 グリーンサラダ コンソメスープ ヨーグルト
	エネルギー - 591kcal	エネルギー - 578kcal	エネルギー - 605kcal	エネルギー - 595kcal	エネルギー - 636kcal
	20	21	22	23	24
昼食	ごはん メンチカツ ブロッコリーの吉野煮 キャベツのごま和え 味噌汁	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	*ご当地メニュー（大分県） かちえびちらし寿司 茶碗蒸し 筍の土佐煮 赤だし キウイ	ごはん 鶏の南蛮漬け 大根の煮物 小松菜の和え物 味噌汁	ごはん あじの生姜焼き 里芋のごま風味煮 冷やっこ 味噌汁
	エネルギー - 597kcal	エネルギー - 581kcal	エネルギー - 569kcal	エネルギー - 567kcal	エネルギー - 552kcal
	27	28	29	30	
昼食	ごはん 鯖の菜種焼き ふきうす揚げ煮 りんごサラダ 清汁	ごはん 豚肉の生姜焼き ほうれん草のさっと煮 トマトのサラダ 味噌汁	昭和の日 	ごはん 鯖の塩焼き きんぴらごぼう ブロッコリーかにあんかけ 味噌汁	
	エネルギー - 556kcal	エネルギー - 591kcal		エネルギー - 557kcal	

\*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