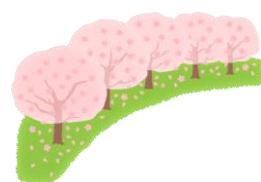


4月 献立表



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：2021/4/1～2021/4/30

	月	火	水	木	金
				1	2
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 鮭のタルタルソース焼き ジャーマンポテト もやしのレモン醤油和え 卵スープ
				エネルギー 593kcal	エネルギー 569kcal
	5	6	7	8	9
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 かぼちやの炒り煮 ほうれん草のピーナッツ和え 味噌汁	ごはん 鰯の野菜あんかけ 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 585kcal	エネルギー 601kcal	エネルギー 604kcal
	12	13	14	15	16
昼食	ごはん 鯖の味噌煮 ベーコンと里芋の炒め物 レタとカブの和え物 清汁	ちらし寿司 茶碗蒸し 筍の土佐煮 赤だし 白桃缶	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 たらこの揚げびたし 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 605kcal	エネルギー 551kcal	エネルギー 605kcal	エネルギー 595kcal	エネルギー 636kcal
	19	20	21	22	23
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	鶏そぼろ丼 カブラーの辛子酢みそかけ 茶そば汁 いちごゼリー	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 578kcal	エネルギー 567kcal	エネルギー 559kcal
	26	27	28	29	30
昼食	ごはん 鰯の菜種焼き 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 キャベツの塩昆布和え 味噌汁	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		ちらし寿司 炊き合わせ いんげんのごま和え 味噌汁 フルーチェ(苺)
	エネルギー 556kcal	エネルギー 565kcal	エネルギー 570kcal		エネルギー 550kcal

*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