予定献立表

あすなろ（多機能・生活介護）

	4月1日（水）	4月2日（木）	4月3日（金）	4月4日（土）
昼食	赤飯 白身魚の磯辺揚げ 南瓜のそぼろあんかけ 白菜のゆず和え 味噌汁 抹茶羊羹	ご飯 すき焼き風煮 冬瓜の煮浸し 菊菜の胡麻和え 吸い物 りんごゼリー	行事食 イースター オムライス マカロニのケチャップソテー バジルサラダ コンソメスープ 乳酸菌飲料	ご飯 他人とじ 小芋のあんかけ チンゲン菜の錦糸和え 味噌汁 ヨーグルト
カロリー	690kcal	587kcal	560kcal	602kcal

	4月5日（日）	4月6日（月）	4月7日（火）	4月8日（水）	4月9日（木）	4月10日（金）	4月11日（土）
昼食	ご飯 とり天 明太スパソテー 小松菜のお浸し 味噌汁 プリン	肉うどん 山芋と海鮮のとろっと焼き 小松菜の辛子醤油和え 果物盛り合わせ	春野菜カレー コールスローサラダ 福神漬け ブルーベリーヨーグルト 果物	豆乳坦々うどん 金平ごぼう 白菜のしば漬け和え グレープゼリー 果物	ご飯 鶏のもろみ焼 ビーフン炒め キャベツの中華サラダ 味噌汁 乳酸菌飲料	焼きうどん チンゲン菜のお浸し 味噌汁 果物盛り合わせ	ご飯 鶏肉のねぎマヨネーズ焼き さつまいもの土佐煮 野菜のマリネ 味噌汁 コーヒーゼリー
カロリー	701kcal	499kcal	649kcal	571kcal	673kcal	507kcal	708kcal

	4月12日（日）	4月13日（月）	4月14日（火）	4月15日（水）	4月16日（木）	4月17日（金）	4月18日（土）
昼食	ご飯 赤魚の中華香味ソースかけ 人参しりしり チンゲン菜のナムル 中華スープ フルーチェ	ご飯 和風ハンバーグ 南瓜の煮物 白菜の梅サラダ 赤だし ヨーグルト	きつねうどん ツナとなすのオイスター炒め 胡瓜の酢の物 果物盛り合わせ	岡山ご当地メニュー 岡山ばらずし 豆腐の柚子味噌のせ 錦和え 赤だし 水ようかん	ごまダレうどん わけぎと桜えびの醤油炒め 菜の花のごま和え 果物盛り合わせ	ふりかけご飯 クリームシチュー マカロニのバターソテー シーザーサラダ いちごゼリー 果物	ご飯 鯵フライ 大根の甘酢和え 味噌汁 果物盛り合わせ
カロリー	528kcal	591kcal	484kcal	749kcal	517kcal	692kcal	576kcal

	4月19日（日）	4月20日（月）	4月21日（火）	4月22日（水）	4月23日（木）	4月24日（金）	4月25日（土）
昼食	ご飯 ポン酢照り焼きチキン 高野豆腐の玉子とじ 南瓜のおかかマヨ和え 味噌汁 ヨーグルト	みぞれうどん ひじきと大豆の煮物 からし菜のお浸し 果物盛り合わせ	ご飯 豚肉とえりんぎのマヨ照り炒め がんもの煮物 もやしの酢の物 味噌汁 乳酸菌飲料	汁なし麻婆うどん 春巻き ほうれん草のナムル 果物盛り合わせ	行事食 春色御膳 桜ご飯 赤魚のとろろ蒸し キャベツと桜えびの炒め物 菜の花のお浸し 吸い物 りんごゼリー	味噌煮込み風うどん 南瓜のカニあんかけ 白菜の酢の物 果物盛り合わせ	ご飯 鶏肉と野菜の焼き鳥風 高野豆腐の玉子とじ からし菜のポン酢和え 味噌汁 グレープゼリー
カロリー	709kcal	523kcal	654kcal	553kcal	496kcal	471kcal	716kcal

	4月26日（日）	4月27日（月）	4月28日（火）	4月29日（水）	4月30日（木）
昼食	ご飯 白身魚の和風マリネ 海藻サラダ 味噌汁 果物盛り合わせ	山菜散らし寿司 炊き合わせ 菜の花の和え物 赤だし コーヒーゼリー 昭和の日	行事食～昭和の日～ ナポリタン ほうれん草とコーンのソテー ツナのポテトサラダ コンソメスープ プリン	ご飯 鶏肉のラタトゥイユ風 パンプキンサラダ マカロニスープ 果物盛り合わせ	ポークカレー ミモザサラダ 漬物 いちごヨーグルト 果物
カロリー	544kcal	579kcal	731kcal	611kcal	686kcal

＊献立は発注の関係上、変更する場合がありますのでご了承ください