

4月 献立表



桜の花が美しい季節になりました
お弁当を持って、お花見に出かけたくになりますね

今月は、お花見気分を味わっていただきたく
お花見弁当をご用意しました

その他にも、季節のお野菜をたくさん
お召し上がりください

つばきハウス西公園

	朝食	昼食	夕食		朝食	昼食	夕食
1	とろろ 卵の花 しば漬け	炭火焼チキン かぼちゃサラダ カスタードプリン	ネギトロ丼 茶碗蒸し キウイフルーツ	8	とろろ 卵の花 しば漬け	豆腐ハンバーグ オクラの梅和え 杏仁豆腐	豚の角煮 あさつきの酢味噌和え 杏仁豆腐
木				木			
2	オムレツ 切り干し大根 のり佃煮	洋風ロールキャベツ 小松菜のからし和え 漬物	牛肉と玉ねぎの炒め煮 ほうれん草の磯辺和え 厚揚げの五目あんかけ	9	玉子焼き 切り干し大根 のり佃煮	白身魚フライ 千切りキャベツ アサリと野菜の炒め煮 デザート	肉じゃが インゲンのピーナッツ和え 胡麻豆腐
金				金			
3	すじこ 金平ごぼう いんげんのごま和え	和風ハンバーグ ポテトサラダ デザート	白身魚の竜田揚げ 千切りキャベツコーン ベーコンソテー 卵の花	10	たらこ 金平ごぼう いんげんのごま和え	ブリのおろし煮 海老と青梗菜のめた カボチャサラダ	ハッシュドビーフ 福神漬け 小松菜のおかか和え
土				土			
4	めかぶ ひじき煮 青かっぱ漬け	サンドイッチ スープ サラダ	豚肉の甘辛炒め 菜の花のお浸し 筑前煮	11	めかぶ ひじき煮 青かっぱ漬け	石巻風焼きそば サラダ ワカメスープ	さんまのふっくら生姜煮 肉野菜炒め 豆腐でんがく
日				日			
5	温泉玉子 切り干し大根 さくら漬け	かに玉あんかけ 紅生姜 大根なます	サバの塩焼き 春キャベツと桜海老の和え物 なすの揚げびたし	12	温泉玉子 切り干し大根 さくら漬け	アジフライ 千切りキャベツ 小松菜と油揚げのお浸し 田舎煮	肉じゃが がんもの含め煮 オクラのおかか和え
月				月			
6	納豆 鶏ごぼう炒め 赤かっぱ漬け	ホッケの白醤油焼き インゲンとカニカマの和え物 かぼちゃサラダ	八宝菜 大豆五目煮 もやしのお浸し	13	納豆 鶏ごぼう炒め 赤かっぱ漬け	カレーライス 福神漬け サラダ	サバの胡麻風味焼き 枝豆とカニカマの煮物 三色彩漬け
火				火			
7	焼き魚 味つけ海苔 五目煮	筑前煮 しその実漬け チンゲン菜と油麩の煮浸し	アジの塩焼き 高野豆腐のきのこあんかけ 刻みたくあん	14	焼き魚 味つけ海苔 五目煮	牛肉のトマト煮 ワカメの酢の物 豆腐の和風煮	春野菜のポトフ風 青梗菜の中華和え リンゴ
水				水			