

4月



# ひだまりデイサービス 献立表

月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日
	米飯 みそ汁 さばの塩焼き ぜんまいのピリ辛和え バナナ	米飯 みそ汁 ハンバーグ キャベツのサラダ オレンジ	米飯 みそ汁 豚肉の味噌煮 ほうれん草のナムル りんご	米飯 みそ汁 空也蒸し 長芋のだし和え 夏みかん	米飯 みそ汁 鶏肉のフリカッセ チンゲン菜の香味和え オレンジ
7日	8日	9日	10日	11日	12日
米飯 みそ汁 朝鮮焼肉 レタスのサラダ りんご	米飯 みそ汁 さばの七味焼 白菜のなめ茸和え いちごのムース	米飯 みそ汁 お煮しめ チンゲン菜のおひたし バナナ	米飯 みそ汁 かに玉 里芋のくるみ和え キウイフルーツ	米飯 みそ汁 回鍋肉 小松菜のツナ和え オレンジ	カレーライス みそ汁 野菜サラダ キウイフルーツ
14日	15日	16日	17日	18日	19日
米飯 みそ汁 ぶりの照り焼き 柚香和え オレンジ	米飯 みそ汁 あじの味噌マヨ焼き 水菜のサラダ りんごのコンポート	米飯 みそ汁 さばの塩焼き もやしの和えもの キウイフルーツ	米飯 みそ汁 ハンバーグ カリフラワーサラダ りんごのコンポート	米飯 みそ汁 豚肉の味噌煮 ほうれん草のナムル バナナ	米飯 みそ汁 えびたま 長芋の梅和え キウイフルーツ
21日	22日	23日	24日	25日	26日
米飯 みそ汁 ほつけの焼き魚 茄子の油炒め 夏みかん	米飯 みそ汁 朝鮮焼肉 白菜とツナのサラダ りんご	山かけそば 春菊のおひたし バナナ	米飯 みそ汁 お煮しめ チンゲン菜の和え物 キウイフルーツ	米飯 みそ汁 ミートローフ 春雨のサラダ オレンジ	米飯 みそ汁 回鍋肉 小松菜のツナ和え りんご
28日	29日	30日			
米飯 みそ汁 カジキ鮓の地中海ソテー 胡瓜とわかめの酢の物 オレンジ	米飯 みそ汁 ぶりの照り焼き うるいの煮物 夏みかん	米飯 みそ汁 親子煮 水菜のサラダ りんごのコンポート			

