

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
		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 はっさく
6日	7日	8日	9日	10日	11日
米飯 みそ汁 ほっけの焼き魚 南瓜サラダ 夏みかん	米飯 みそ汁 朝鮮焼肉 レタスのサラダ バナナ	米飯 みそ汁 さばの七味焼 白菜のなめ苺和え 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 りんご	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
13日	14日	15日	16日	17日	18日
米飯 みそ汁 カジキ鯨の地中海ソテー 胡瓜とわかめの酢の物 りんご	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 バナナ	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	米飯 みそ汁 豚肉の味噌煮 ほうれん草のナムル バナナ
20日	21日	22日	23日	24日	25日
米飯 みそ汁 鶏肉のフリカッセ トマトサラダ オレンジ	米飯 みそ汁 ほっけの焼き魚 茄子の油炒め 夏みかん	米飯 みそ汁 朝鮮焼肉 めかぶのだし和え バナナ	米飯 みそ汁 さわらの七味焼 ほうれん草のおひたし りんご	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	山かけそば 春雨のサラダ オレンジ
27日	28日	29日	30日		
カレーライス みそ汁 野菜サラダ キウイフルーツ	米飯 みそ汁 カジキ鯨の地中海ソテー 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 バナナ	米飯 みそ汁 親子煮 水菜のサラダ 夏みかん		