

献立一覧表

2024年 4月 [高槻けやきの郷 一般]

2024/3/1

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	7 (日)
朝食	なつかしーあんぱん やさいゼリー 低脂肪乳	カスタードクリームパン ヨーグルト 低脂肪乳	おいものクリームパン みかんゼリー 低脂肪乳	とろけるマチーズパン ヨーグルト (ぶどう) 低脂肪乳	ハムマヨコッパ やさいゼリー 低脂肪乳	黒糖みるく ヨーグルト (いちご) 低脂肪乳	チョコカスター ぶどうゼリー 低脂肪乳
昼食	ごはん 豚肉の甘辛煮 茄子のみそ炒め ほうれん草のワサビ和え 豆腐のすまし汁	ごはん チキンカレー らっきょ・福神漬け ブロッコリーのサラダ マヨネー缶	ごはん コロック・サーモンフライ 大豆の煮物 胡瓜の酢味噌和え そうめんのすまし汁	ごはん 豚肉のソテー(ステーキ) しる菜のクリーム煮 カリフラワーのマリネ コーンのスープ	ごはん さばの塩焼き 麩の卵とし キャベツのナムル 玉ねぎのみそ汁	ごはん 鶏肉と野菜の煮物 茄子のオイスター炒め ブロッコリーサラダ 春雨の中華スープ	ごはん 豚肉の生姜炒め からし菜の煮浸し もやしの塩だれ和え えのきのすまし汁
夕食	◎お一日 赤飯 白身魚(特)のおかかマヨ焼き からし菜の炒め煮 大根の浅漬け ごぼうのみそ汁	ごはん さわらの蒲焼き じゃが芋の含め煮 小松菜の塩昆布和え かまぼこのすまし汁	ごはん 鶏肉の柚子胡椒焼き うまいの煮浸し レンコンの梅和え ごぼうのみそ汁	ごはん あじの煮付け インゲンの香味炒め もやしとハムの和え物 里芋のみそ汁	ごはん 肉豆腐 かき揚げ ほうれん草のわさび和え とろろ昆布のすまし汁	ごはん 鮭の西京焼き 大根の煮物 インゲンのマヨネーズ和え 水菜のすまし汁	ごはん カレイの梅香煮 さつま芋のバター醤油炒め オクラのピーナツ和え 麩のみそ汁
	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)	14 (日)
朝食	ジャマパ〜コンボ テトパン やさいゼリー 低脂肪乳	ミルククリームパン ヨーグルト 低脂肪乳	季節のジャムパン みかんゼリー 低脂肪乳	なつかしーあんぱん ヨーグルト (ぶどう) 低脂肪乳	きな粉クリームサンド やさいゼリー 低脂肪乳	はちみつパンブ ヨーグルト (いちご) 低脂肪乳	かたど クリームパン ぶどうゼリー 低脂肪乳
昼食	ごはん さばの焼き浸し 豆腐田楽 胡瓜とカニカマのサラダ 小松菜のすまし汁	ごはん 白身魚(特)の酒蒸し 切干大根の炒め煮 ほうれん草の和え物 あさりのみそ汁	◎春の行事弁当 かおりごはん ①ロールケーキ ②メンチカツ ③菜の花のおかか和え・桜蒲鉾 ④そら豆入りポテトサラダ ⑤たらもの焼き ⑥炊き合わせ 花麩のすまし汁	ごはん さわらの照り焼き かぼちゃの甘煮 ひじきの和風サラダ ほうれん草のみそ汁	ごはん ハンバーグ(デミグラスソース) 和風スパゲティ しる菜のドレッシング和え あげのみそ汁	ごはん 野菜ラーメン 水餃子 大根と水菜のサラダ	ごはん 豆腐と豚肉の和風あん ほうれん草のカレー風味炒め レンコンサラダ たまごスープ
夕食	ごはん 鶏肉の香味焼き 炒めビーン カリフラワーのサラダ チンゲン菜の中華スープ	ごはん 肉団子のクリーム煮 インゲンのソテー ごぼうサラダ しめじのスープ	ごはん ふくさ卵 レンコンの金平 チンゲン菜の和え物 玉ねぎのみそ汁	ごはん 豚肉の塩だれ炒め がんもの含め煮 春雨の酢の物 大根のすまし汁	ごはん カレイの焼き浸し 炒り豆腐 インゲンのごま和え とろろ昆布のすまし汁	ごはん 松風焼き 厚揚げの生姜醤油炒め キャベツのゆかり和え 麩のみそ汁	ごはん あじの柚子香煮 小松菜とツナの炒め物 さつま芋サラダ そうめんのすまし汁
	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)	21 (日)
朝食	とろけるマチーズパン やさいゼリー 低脂肪乳	おいものクリームパン ヨーグルト 低脂肪乳	黒糖みるく みかんゼリー 低脂肪乳	明太チーズコッパ ヨーグルト (ぶどう) 低脂肪乳	はちみつパンブ やさいゼリー 低脂肪乳	カスタードクリームパン ヨーグルト (いちご) 低脂肪乳	季節のジャムパン ぶどうゼリー 低脂肪乳
昼食	◎いいごはん 豆ごはん 銀鮭の菜種焼き 茄子のそぼろ煮 菜の花の土佐酢和え 若竹汁	ごはん 豆腐ステーキ 金平ごぼう 胡瓜とハムの和え物 渦巻き麩のみそ汁	ごはん 白身魚(特)の南部焼き インゲンの香味炒め マカロニサラダ さつま芋のみそ汁	ごはん さばの味噌煮 そら豆と海老の塩だれ炒め レンコンの甘酢和え 花麩のすまし汁	ごはん 鶏肉のくわ焼き しる菜の煮浸し かぼちゃサラダ 玉ねぎのみそ汁	ごはん ポークカレー らっきょ・福神漬け 野菜サラダ みかん缶	ごはん 豚肉のしくれ煮 かぶの銀あん ブロッコリーのサラダ うまい菜のみそ汁
夕食	ごはん 鶏肉の五目炒め ひじきの炒め煮 うまい菜の梅和え 里芋のみそ汁	ごはん さわらのしょうゆ焼焼き 竹輪の甘辛炒め チンゲン菜の酢味噌和え あさりのすまし汁	ごはん 鶏肉の唐揚げ 高野豆腐の含め煮 漬物盛り合わせ とろろ昆布のすまし汁	ごはん 千草焼き 菜の花の煮浸し 人参サラダ じゃが芋のみそ汁	ごはん 麻婆豆腐 海老シューマイ 杏仁豆腐 チンゲン菜の中華スープ	ごはん カレイの山椒煮 もやしのボン酢炒め オクラの塩昆布和え さつま芋のみそ汁	ごはん 揚げ魚の野菜あんかけ 玉子焼き(野菜) ほうれん草のピーナツ和え そうめんのすまし汁
	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)	28 (日)
朝食	ジャマパ〜コンボ テトパン やさいゼリー 低脂肪乳	黒糖みるく ヨーグルト 低脂肪乳	きな粉クリームサンド みかんゼリー 低脂肪乳	ミルククリームパン ヨーグルト (ぶどう) 低脂肪乳	季節のジャムパン やさいゼリー 低脂肪乳	なつかしーあんぱん ヨーグルト (いちご) 低脂肪乳	はちみつパンブ ぶどうゼリー 低脂肪乳
昼食	ごはん 鶏肉のボン酢炒め さつま芋の甘煮 小松菜の生姜醤油和え なめこのみそ汁	ごはん きつねうどん 菜の花の煮浸し ひじきの和風サラダ	ごはん たらの中華香り蒸し 炒めビーン ブロッコリーのごま和え たまごスープ	ごはん さわらのねぎソース 大根の煮物 しる菜のドレッシング和え 里芋のみそ汁	ごはん カレイのニエールクリームソース マカロニのケチャップ炒め オクラのドレッシング和え コーンのスープ	◎寿司の日 しらすの飯し寿司 小松菜の炒め物 レンコンのごま和え 麩のみそ汁	ごはん 豚肉の味噌煮 炒り豆腐 ごぼうサラダ えのきのすまし汁
夕食	ごはん さばの香味焼き 厚揚げとチンゲン菜の中華炒め 大根サラダ かまぼこの中華スープ	ごはん スパニッシュオムレツ カリフラワーのクリーム煮 ピーマンのマリネ かぶのスープ	ごはん 鶏肉のレモン風味 がんもの含め煮 チンゲン菜のお浸し あさりのみそ汁	ごはん 豚肉の塩だれ炒め 茄子の煮物 インゲンのおかか和え 花麩のすまし汁	ごはん 照り焼きハンバーグ かぼちゃの含め煮 胡瓜の浅漬け 豆腐のみそ汁	ごはん カニ玉あんかけ ブロッコリーのオイスター炒め 春雨のサラダ 白菜のスープ	ごはん ミックスフライ ピーマンソテー アリン 玉葱のスープ
	29 (月)	30 (火)					
朝食	シュガーバターコッパ やさいゼリー 低脂肪乳	カスタードクリームパン ヨーグルト 低脂肪乳					
昼食	親子丼 竹輪のカレー風味炒め 漬物盛り合わせ 渦巻き麩のみそ汁	ごはん 銀鮭の塩焼き 茄子の煮物 チンゲン菜の和え物 かぼちゃのみそ汁					
夕食	ごはん 揚げ魚のラタトゥイソース インゲンのソテー さつま芋サラダ コンソメスープ	ごはん 豚肉のスタミナ炒め からし菜の煮浸し 和風オニオンサラダ そうめんのすまし汁					

\*都合により献立を変更することがあります。