



食事メニュー

2016年4月

ぶらむの里

日	月	火	水	木	金 1日	土 2日	
					じゃこ天と野菜炒め 大根の煮物 しそわかめ 干し海苔	鶏モモと玉ねぎの炒め物 玉子豆腐 黒豆煮 白菜の味噌汁	
3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	
ハンバーグ・生野菜 ブロッコリーのおかか和え キャベツのコンソメスープ *水ようかん	海老フライ・生野菜 根菜の煮物 きゅうちゃん漬け 豆腐の味噌汁	鶏のやわらか煮・生野菜 ゴマ豆腐 エノキの中華スープ みかん	豚肉と厚揚げのどろみあん マカロニサラダ しそわかめの佃煮 大根の味噌汁	鶏の天ぷら・生野菜 青梗菜とシメジのお浸し 春雨の中華スープ	いわしハンバーグおろしポン酢和え ふくさ焼き はりはり漬け 味噌汁	ジャガイモとベーコン玉ねぎ炒め・ 生野菜 ちくわ磯辺焼き はりはり漬け わんたん中華スー プ	蕪の南瓜そぼろあん きゅうりとわかめの酢の物 椎茸の味噌汁 みかん
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	
豆腐ステーキ・生野菜 筍のきんぴら しそわかめ 巻麩の澄まし汁 *オペラケーキ	いわしフライ・生野菜 ごま豆腐 エノキの味噌汁 りんご	長芋の肉巻ソテー生野菜 ブロッコリーとコーンのサラダ 半ペンの中華スープ 果物	春巻き・生野菜 蕪の甘醤油煮 しそ沢庵 ジャガイモの味噌汁	豚肉と厚揚げの炒め物 小松菜の和え物 ワカメと巻麩の澄まし汁 メロン	シヤモフライ・生野菜 出し巻き ひじき豆煮 玉ねぎの味噌汁	豚肉のすき焼き 焼き茄子 はりはり大根漬け 蕪の中華スープ	ポテトのスペイン風オムレツ・生野 菜 きぬさやの胡麻和え 漬物 具たくさんコンソメスープ
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	
赤魚の味噌マヨ焼き・生野菜 ほうれん草のお浸し 青菜ときゅうりの漬物 南瓜の澄まし汁 *カステラ	ポークチャップ・生野菜 マカロニサラダ 南瓜の味噌汁 オレンジ	鶏モモ肉と長芋のみぞれ煮・生野 菜 レンコンサラダ 玉ねぎの味噌 汁 りんご寒天	ハンバーグ・生野菜 玉子豆腐 青菜ときゅうりの漬物 半ペンの中華スープ	コロッケ・生野菜 大根の肉みそかけ ワカメと巻麩の味噌汁 イチゴ	高野と南瓜とつみれの煮物 ちりめん下ろし しそわかめ 麩・干し海苔の澄まし汁	太刀魚の塩焼き・生野菜 厚揚げの生姜醤油炒め 竹輪と大根の澄まし汁 オレンジ	焼き飯 ラーメン 青梗菜ともやしのツナ和え パイナップル
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日	
ロールキャベツ・コンソメ風味 筍のきんぴら コーンスープ 桃缶 *オペラケーキ	赤魚の煮つけ 青梗菜と竹輪のお浸し はりはり大根漬け ワカメと巻麩の味噌汁	シチュー スペイン風オムレツ りんご	シュウマイ・生野菜 しめサバ入りなます 冷奴 玉子の味噌汁	鯖の塩焼き・生野菜 高野豆腐とエンドウの玉子とじ 干し海苔の澄まし汁 パイナップ ル	にゅう麺 菜飯おにぎり レンコンサラダ	じゃこ天入り野菜炒め 焼き茄子 漬物 麩の味噌汁	八宝菜 アナゴ煮つけ 茄子の澄まし汁 りんご