



予定献立表



令和3年 4月

上田ひもろ木園・福祉就労舎

1日	(木)	竹の子ご飯 野菜の天ぷら 厚揚げの煮物 漬け物
2日	(金)	ご飯 豚肉の香り焼き(キャベツ) 車ふと野菜の煮物 果物
5日	(月)	ご飯 ハムカツ(キャベツ・パセリ) きゅうりとカニカマの酢の物 なめたけ煮
6日	(火)	ご飯 焼き魚ホッケ西京漬け(サラダ菜) ネバネバそばサラダ 漬け物
7日	(水)	菜の花ご飯 ハンバーグ(スパゲッティソース) レタスドレッシングサラダ さくらゼリー
8日	(木)	ご飯 魚の山椒みそ焼き(なすの素揚げ) 切干大根のお浸し きゅうりとみょうがの即席漬
9日	(金)	ご飯(ごま塩) 豚肉とレバーの南蛮揚(サラダ菜・オレンジ) 野菜のごま味噌サラダ 漬け物
12日	(月)	ご飯 スパイシーチキン(レタス、ミニトマト) ナスの味噌炒め 漬け物
13日	(火)	ご飯 焼き魚さわら粕漬け(サラダ菜) ぜんまいの煮物 漬け物
14日	(水)	ポークカレー フレンチサラダ 福神漬け 果物
15日	(木)	ご飯 鶏肉のハワイアン煮 しめじとほうれん草のサラダ 漬け物
16日	(金)	ご飯 鯖の塩焼き(大根おろし・青しそ) バンサンスウ 昆布の佃煮
19日	(月)	ゆかりご飯 麻婆豆腐 ブロッコリーとカニカマの中華あえ 漬け物
20日	(火)	ご飯 焼き魚鮭西京漬け(しめじソース) キャベツのごま味噌和え 南瓜の煮付
21日	(水)	ご飯 豚肉のスタミナ焼き(キャベツ) ひじきの煮物 いもなます
22日	(木)	きな粉揚げパン 鶏の照り焼き(サニーレタス・ミニトマト・ブロッコリー・パセリ) ワンタンスープ
23日	(金)	ご飯 ピーマンの肉詰め(キャベツ) ごぼうサラダ 漬け物
26日	(月)	ご飯 鶏肉の梅風味焼き(キャベツ、ミニトマト) うの花炒り 漬け物
27日	(火)	きざみ梅と青豆のご飯 さばの竜田揚げ(キャベツ・パセリ) じゃがいもの炒め煮 漬け物
28日	(水)	二色丼 もやしのナムル 胡瓜の粕もみ 果物
29日	(木)	昭和の日 
30日	(金)	ご飯 チーズちくわフライ(キャベツ・トマト) 刻み昆布の煮物 アスパラガスおかか和え

材料の都合により、献立を変更する場合があります