

|   |  | 1 (土)   |  | 2 (日)   |   |   |  |   |  |   |  |  |  |   |
|---|--|---|--|---|---|---|--|---|--|---|--|--|--|---|
| <p>●旬の食材</p> <p>たけのこ      レタス      春キャベツ</p> <p>たい      わかめ      さやえんどう      パセリ</p> <p>■季節メニュー<br/>1日春キャベツの和え物<br/>3日桜もち<br/>10日若竹汁<br/>15日春キャベツのお浸し</p> <p>★新メニュー<br/>1日いんげんとこんにゃくのごま和え<br/>7日鶏肉のマヨボン炒め<br/>15日ジャムチーズトースト※1<br/>25日たいのレモングリル焼き</p> <p>※1 食パンにジャムを塗った上にとろけるチーズをのせてトーストします。とろ〜りとろけるチーズにほんのり甘いジャムの風味がよいです。</p> |  | <p>朝食</p> <p>サンドイッチ<br/>(食パン 卵 ハム きゅうり)<br/>カフェオレ (低脂肪乳 コーヒー)<br/>ヨーグルト</p>                       |  | <p>ご飯<br/>みそ汁 (生あけ 玉ねぎ じゃがいも ねぎ)<br/>ほう天<br/>ごぼうのそぼろ煮<br/>べったら漬け</p>                          |   |   |  |   |  |   |  |  |  |   |
|   |  | <p>昼食</p> <p>ご飯<br/>鶏肉のレモン風味焼きと生野菜<br/>(キャベツ 赤キャベツ)<br/>★いんげんとこんにゃくのごま和え (ごま いんげん にんじん こんにゃく)</p> |  | <p>ご飯<br/>さけの漬け菜焼きと温野菜<br/>(じゃがいも にんじん)<br/>大根の梅かつお和え<br/>(大根 きゅうり 梅干し かつおぶし)</p>             |   |   |  |   |  |   |  |  |  |   |
|   |  | <p>夕食</p> <p>ご飯<br/>ぎせい豆腐<br/>(鶏肉 豆腐 干しいたけ にんじん ねぎ)<br/>■春キャベツの和え物<br/>(かまぼこ ごま 春キャベツ もやし)</p>    |  | <p>ご飯<br/>豚肉のまいたけ炒め (豚肉 まいたけ しめじ 京ねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン)<br/>ジャーマンポテト<br/>(ベーコン じゃがいも 玉ねぎ パセリ)</p>   |   |   |  |   |  |   |  |  |  |   |
| 3 (月)   |  | 4 (火)   |  | 5 (水)   |   | 6 (木)   |  | 7 (金)   |  | 8 (土)   |  | 9 (日)  |  |   |
| 朝食  | ご飯<br>赤だし (なめこ 玉ねぎ わかめ)<br>ししゃも<br>ちくわ煮<br>しば漬け<br>納豆                          | テーブルロール<br>メロンパン<br>しらすくらんブル<br>(卵 ちりめん ねぎ レタス ミニトマト)<br>コーヒー<br>オレンジ                             | ご飯<br>みそ汁 (油あげ さつまいも 玉ねぎ ねぎ)<br>じゃこ天<br>小魚佃煮<br>たくあん<br>ヤクルト   | テーブルロール<br>セサミパン<br>スパソテー<br>(スバグティアー ハム 玉ねぎ ビーマン にんじん)<br>カフェオレ (低脂肪乳 コーヒー)                  | ご飯<br>みそ汁 (油あげ 小松菜 玉ねぎ)<br>ウインナー<br>さつま揚げ<br>ハリハリ漬け<br>のり佃煮                     | ホットドッグ (キャベツ フランクフルト)<br>黒糖ロール<br>ミルクココア (牛乳 ココア)<br>ゼリー                              | お茶漬け<br>かまぼこ<br>昆布佃煮<br>たくあん<br>ヤクルト   | ご飯 ■桜もち<br>鶏肉の香草パン粉焼きと温野菜<br>(カリフラワー カレー粉 アスパラ)<br>大豆サラダ<br>(大豆 ハム きゅうり かいわれ チーズ) | ご飯<br>すまし汁 (しめじ えのき 小松菜)<br>さけの菜種焼きと温野菜<br>(かぼちゃ ブロッコリー)<br>さつまいもサラダ<br>(ハム さつまいも きゅうり かいわれ 玉ねぎ) | エビフライカレー (エビフライ 押し麦 米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ グリンピース にんじん)<br>和風サラダ (大根 にんじん きゅうり セロリ かいわれ レタス)<br>ヨーグルト | 雑穀ご飯 (米 雑穀米)<br>すまし汁 (豆腐 しめじ わかめ)<br>はまちの照り焼きと大根おろし<br>ひじきの炒り煮 (大豆 鶏肉 油あげ にんじん 干しいたけ こんにゃく グリンピース ひじき) | ご飯<br>エビチリ<br>(えび 玉ねぎ たけのこ アスパラ レタス)<br>切干大根サラダ<br>(ちりめん 切干大根 にんじん きゅうり) | ご飯<br>親子丼 (米 卵 鶏肉 玉ねぎ みつば)<br>高野豆腐の五目煮 (干えび 高野豆腐 にんじん 干しいたけ グリンピース)<br>すまし汁 (かまぼこ わかめ) | ご飯<br>あじの南蛮漬けと生野菜<br>(あじ 玉ねぎ 赤ピーマン ビーマン 干しいたけ)<br>ポテトサラダ<br>(卵 ハム じゃがいも きゅうり 玉ねぎ) |
| 昼食  | ご飯<br>さわらのつつみ焼き (さわら 玉ねぎ にんじん ビーマン しめじ えのき)<br>金平ごぼう<br>(ごぼう にんじん 干しいたけ こんにゃく) | ご飯<br>黒酢の酢豚 (豚肉 きくらげ パイン 玉ねぎ なす 赤ピーマン 黄ピーマン ビーマン)<br>白和え<br>(ごま 豆腐 にんじん みつば 干しいたけ)                | ご飯<br>鶏肉のごま焼きと温野菜<br>(じゃがいも にんじん)<br>海藻サラダ<br>(海藻ミックス ツナ きゅうり 大根 サニーレタス)   | ご飯<br>かに玉 (卵 カニ カニカマ 干しいたけ ねぎ たけのこ グリンピース ブロッコリー)<br>糸こんにゃくのたらこ炒め<br>(糸こんにゃく にんじん たらこ グリンピース) | ご飯<br>★鶏肉のマヨボン炒めと温野菜<br>(スナプスえんどう じゃがいも)<br>青菜としめじのお浸し<br>(ちくわ 小松菜 にんじん しめじ)    | ご飯<br>さけの塩麴焼きと温野菜<br>(かぼちゃ 大根)<br>ひじきサラダ (ひじき ツナ ほうれん草 にんじん きゅうり レタス)                 | ご飯<br>豚キムチ炒め (豚肉 キムチ 白菜)<br>ほうれん草サラダ (ちりめん にんじん ほうれん草 玉ねぎ コーン ミニトマト)   | 10 (月)  | 11 (火)   | 12 (水)  | 13 (木)   | 14 (金)   | 15 (土)   |   |
| 朝食  | ご飯<br>みそ汁 (豆腐 玉ねぎ わかめ ねぎ)<br>ソーセージ<br>高野煮<br>小魚佃煮<br>納豆                        | テーブルロール<br>チーズロール<br>スクランブルエッグと生野菜<br>(レタス ミニトマト)<br>レモンティアー                                      | ご飯<br>みそ汁 (なめこ わかめ 玉ねぎ)<br>いわし梅煮<br>昆布巻き<br>しば漬け   | テーブルロール<br>プチパン<br>オムレツと温野菜 (ブロッコリー)<br>ミルクポトフ<br>(牛乳 じゃがいも にんじん 玉ねぎ)<br>ジョア                  | ご飯<br>赤だし (豆腐 玉ねぎ わかめ 卵)<br>厚焼き玉子<br>昆布佃煮<br>三色煮豆<br>ふりかけ                       | ★ジャムチーズトースト<br>(食パン ジャム チーズ)<br>レーズンパン<br>カフェオレ (低脂肪乳 コーヒー)<br>プリン                    | 作業班の名前が変わりました♪<br>●療育班⇒奏 (かなで) 班<br>●軽作業班①⇒絆 (きずな) 班<br>●軽作業班②⇒陽 (ひなた) 班<br>●製菓班⇒彩 (いろどり) 班<br>4月11日 (火) 昼食は絆班のリクエストメニューになります。<br>内容は後日お知らせ致します。 |   |  |   |  |  |  |   |
| 昼食  | 三色丼 (米 卵 鶏肉 グリンピース)<br>ハンサンスー<br>(ハム 春雨 きゅうり にんじん)<br>■若竹汁 (たけのこ わかめ)          | 絆リクエスト  | パン (ツイストパン テーブルロール)<br>コーヒー<br>ミートスパゲティアー (スバグティアー 合挽 玉ねぎ にんじん 干しいたけ パセリ 粉チーズ)<br>シーザーサラダ (レタス 紫キャベツ 玉ねぎ きゅうり 黄ピーマン 赤ピーマン ハム クルトン) | ご飯<br>たらのバジルオイル焼きと温野菜 (じゃがいも スズキーニ)<br>三色和え (春雨 ハム きゅうり 卵)                                    | ご飯<br>照り焼きチキンと生野菜<br>(キャベツ 赤ピーマン かいわれ)<br>マカロニサラダ<br>(マカロニ 卵 ハム きゅうり 玉ねぎ)       | 麦ご飯 (米 押し麦)<br>さばの竜田揚げと生野菜<br>(大根 赤ピーマン わかめ 水菜)<br>さつまいもの甘煮<br>(鶏肉 さつまいも にんじん グリンピース) |  |   |  |   |  |  |  |   |
| 夕食  | 麦ご飯 (米 押し麦)<br>さわらの西京焼きと温野菜<br>(にんじん アスパラ)<br>白菜サラダ<br>(ハム 白菜 きゅうり りんご 干豆とう)   | ご飯<br>チンジャオロースー (牛肉 ビーマン ハブリカ たけのこ 玉ねぎ もやし ねぎ)<br>揚げ出し豆腐 (豆腐 ねぎ)                                  | ご飯<br>さけのムニエルと温野菜<br>(じゃがいも スズキーニ)<br>コールスローサラダ<br>(キャベツ コーン にんじん かいわれ)  | ご飯<br>八宝菜 (豚肉 えび いか うすら卵 きくらげ 白菜 たけのこ ビーマン にんじん 玉ねぎ)<br>長いものわさび和え<br>(長いも きゅうり かまぼこ)          | ご飯<br>牛肉とチンゲン菜のオムレツ<br>(卵 牛肉 チンゲン菜 玉ねぎ にんじん)<br>大根なます<br>(ごま 大根 にんじん きゅうり きくらげ) | ご飯<br>鶏肉のチーズ焼きと温野菜<br>(かぼちゃ アスパラ)<br>■春キャベツのお浸し<br>(春キャベツ にんじん 油あげ)                   |  |   |  |   |  |  |  |   |

※食物アレルギーをお持ちの方はアレルギー食材を除去したり、代替のものをご用意いたします。  
※生鮮食品については、天候等により変更になる事があります。

