



令和3年



献立予定表



| 日 | 月 1 | 火 2 | 水 3 | 木 4 | 金 5 | 土 6 |
|---|---|---|---|--|---|--|
| | 鯖の西京焼き いんげんと油揚げのお浸し フルーツ【白桃】 味噌汁 菜飯 | 春巻き コーン中華サラダ パインゼリー 中華スープ ご飯 | 天ぷら 茶碗蒸し フルーツ【キウイ】 清汁 桜ちらし寿司 | 挽肉と野菜のゴマ 味噌丼 小松菜とカニの辛子しょうゆ和え フルーツ【ミカン】 清汁 | けんちんそば オクラのおかか和え バナナムース | ハヤシライス ポテトサラダ フルーツカクテル コンソメスープ |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 中華丼 ほうれん草のナムル フルーツ【洋梨】 中華スープ | 豚肉とニンニクの芽の豆板醤炒め 春雨ボン酢サラダ ミックスゼリー 味噌汁 ご飯 | 豆腐ハンバーグ 照り焼きチーズ 小松菜のドレ和え ピーチムース コンソメスープ ご飯 | かに玉丼 きゅうりとひじきのサラダ フルーツ【りんご】 味噌汁 | 鶏肉のバター醤油焼き ブロッコリーとコーンのサラダ フルーツ【ミカン】 味噌汁 ご飯 | あさり入りタンメン 餃子 青りんごゼリー | じゃがいもと鶏肉の重ね煮 枝豆とハムのサラダ フルーツ【マンゴー】 コンソメスープ ご飯 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| スタミナ丼 大根と豆腐の中華サラダ フルーツ【パイン】 中華スープ | 豚肉炒め 白菜のわさびマヨ和え ぶどうムース 味噌汁 麦ご飯 | メンチカツ ピーマンの炒り煮 フルーツ【りんご】 味噌汁 ご飯 | 鯖の山椒焼き 小松菜のなめ茸和え ミックスゼリー 清汁 ご飯 | 炒り鶏 じゃがいもの和風炒め フルーツカクテル 清汁 ご飯 | ツナおろしスパゲティー アスパラマリネサラダ ストロベリーゼリー コンソメスープ | 牛肉ときのこのハイカラ丼 ひじきの炒め煮 フルーツ【黄桃】 清汁 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 豚肉となすのコンソメ煮 和風サラダ フルーツ【マンゴー】 ヤングコーンスープ ご飯 | 小松菜と豚肉の春雨炒め煮 しょうまい【3個】 ピーチゼリー 中華スープ ご飯 | 豚キムチ丼 れんこんサラダ フルーツ【りんご】 味噌汁 | 鶏肉の味噌山椒焼き ビーンズサラダ フルーツ【白桃】 清汁 ご飯 | たらの照り焼き 大根のくず煮 フルーツ【洋梨】 味噌汁 ご飯 | 豆乳坦々うどん シーチキンともやしの中華和え メロンムース | 豚肉ときくらげの卵炒め 山菜のナムル フルーツ【ミカン】 中華スープ ご飯 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |
| アジフライ ごぼうサラダ ストロベリーゼリー 味噌汁 ご飯 | 豚肉のしょうが焼き 菜の花のなめたけ和え フルーツカクテル 清汁 ご飯 | 牛肉とれんこんの甘辛炒め 春菊のごま和え オレンジムース 味噌汁 ご飯 | 変わり衣の唐揚げ もやしの中華和え フルーツ【黄桃】 味噌汁 ご飯 | | | |



