




4月献立表

月	火	水	木	金	土
	1 ・桜ちらし ・若竹汁 ・魚の田楽 ・春野菜の天ぷら  580Kcal	2 ・ご飯 ・スープ ・豚肉と春雨炒め ・鮭缶サラダ ・大根の木の芽味噌かけ  577Kcal	3 ・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉の甘酢あん ・胡麻和え ・イカと里芋煮  573Kcal	4 ・ご飯 ・カキ玉汁 ・鮭の粕煮 ・グリーンポテト漬物  565Kcal	5 ・ご飯 ・スープ ・牛肉のネギ塩炒め ・新ジャガサラダ ・切干大根の煮物  580Kcal
	7 ・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉の照り焼き ・カブのマリネ ・さつまいもと小豆煮  574Kcal	8 ・ご飯 ・味噌汁 ・和風ハンバーグ ・サラダ ・含め煮  578Kcal	9 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の蒲焼き ・かぼちゃサラダ ・五目金平  573Kcal	10 ・ご飯 ・味噌汁 ・鮭の沢煮蒸し ・ポテトサラダ ・青菜のあんかけ  567Kcal	11 ・ご飯 ・スープ ・マーボー豆腐 ・中華サラダ ・ニラ玉  571Kcal
14 ・ご飯 ・薄くず汁 ・サバの木の芽味噌焼き ・五目生酢 ・玉ネギの炒め煮  560Kcal	15 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚のマヨネーズ焼き ・ごぼうの胡麻和え ・卵の花  570Kcal	16 ・ご飯 ・味噌汁 ・チキン南蛮 ・のり和え ・大根とあさり煮  580Kcal	17 ・ご飯 ・スープ ・豚肉の焼き肉 ・春雨サラダ ・若竹煮  564Kcal	18 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の香草焼き ・白和え ・煮物  575Kcal	19 ・魚貝のカレー ・サラダ ・ふきのおかか煮  580Kcal
21 ーお楽しみ献立ー 	22 ・ご飯 ・味噌汁 ・豚肉の玉子とじ煮 ・お浸し ・フロッコリソテー  570Kcal	23 ・ご飯 ・味噌汁 ・サバの塩焼き ・白和え ・野菜炒め  571Kcal	24 ・ご飯 ・スープ ・白身魚の四川風 ・中華浸し ・シューマイ  570Kcal	25 ・ご飯 ・コーンスープ ・チキンソテー ・スパゲティ ・ジャーマンポテト  579Kcal	26 ・ご飯 ・スープ ・豚肉の香味炒め ・わさびマヨネーズ和え ・かぼちゃの煮物  577Kcal
28 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の干草焼き ・辛子和え ・人参のたらこ炒め  560Kcal	29 ・筍ご飯 ・味噌汁 ・鮭の磯辺焼き ・酢の物 ・茶碗蒸し  570Kcal	30 ・ご飯 ・味噌汁 ・肉豆腐 ・おろし酢和え ・煮豆  577Kcal			

* 注文の都合により献立を変更することがあります。

いずみの苑 通所介護事業所

