

グランデージ北湘南 '安心ハウス' 4月 献立表

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5	6	7
朝	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(かに玉あんかけ 生野菜 ほうれん草と本しめじのソテー)もずく酢 香の物	ご飯 味噌汁(エリンゲ 油あげ 菜の花)牛乳 筑前煮(黒こん 土ごぼう 人参 大根 鶏肉 味付椎茸 など)納豆 梅 ぶきのとう 味噌 りんご ブルーン	ご飯 味噌汁(小松菜 麸)牛乳 盛り合わせ(スペイン風オムレツ 生野菜 ブルーン)2色煮したくあん	ご飯 味噌汁(かぶ 大根 菜 庄内麸)牛乳 盛り合わせ(角ハムソーテー 温野菜 梅)葉わさびの和え物 もず(酢)	ご飯 味噌汁(しめじ かいわれ わかめ)牛乳 湯豆腐セット 切り昆布の炒め煮 べつたら漬 小茄子漬	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(ブレンオムレツ 生野菜 りんご ブルーン)カレー風味きんぴら 香の物	ご飯 味噌汁(豆腐 椎茸 長ねぎ)牛乳 焼き(鯖 粕漬 大根おろし 小女子(佃煮)ほうれん草かつお和え 香の物)
昼	ご飯 味噌汁(焼豆腐 長ねぎ)さんま蒲焼(ほうれん草ソテー) ほう菜 マンゴプリン	焼きたてパン(バターロール ツナパン 小豆ツイスト)ベジタブルスープ(温泉卵入り)帆立のサラダ 飲み物(コーヒー 牛乳)	タコ天そば 香の物 ごはんの煮物	味噌汁(豆腐 白菜 油あげ)牛井 紅生姜 ごぼうのかか煮 フルーツヨーグルト苺ソースかけ	味噌汁(キャベツ 芋)おにぎりセット(生ハム きゅうり チーズ 玉子焼き かまぼこ とびっ子)ピリカラ茄子 牛乳ゼリー(梅)	きつねうどん 小鉢 果物 ヨーグルトかけ	豆腐と焼き海苔のスーパードライカレー 野菜サラダ 香の物
夕	ご飯 味噌汁(ホタテのちがいのきたけ 春菊)すき焼き鍋(生卵)菜の花の酢味噌 みそ漬	梅かつおご飯 味噌汁(豆腐 生のり 長ねぎ)焼魚(ナメタかれい 大根おろし 大葉)五目煮 香の物	黒豆ご飯 味噌汁(小松菜 油あげ)和風ハンバーグ 春キャベツ味噌炒め 香の物	ご飯 味噌汁(春菊 なめこ 大根)煮魚(砂カレー ごぼう)ポテトサラダ 香の物	ご飯 味噌汁(白菜 油あげ)天ぷら盛り合わせ(海老 南瓜 茄子 大葉)いんげん香味炒め 香の物	ご飯 あさり汁 盛り合わせ(タンドリーチキン 生野菜 梅)豆腐のサラダ 香の物	ご飯 味噌汁(大根 人参 大根菜 油あげ)ホイル焼(銀鮭 ほたて貝柱 玉葱 にはら本しめじ)マカロニチキチキ炒め なら漬 ハナナ
朝	8	9	10	11	12	13	14
朝	ご飯 味噌汁(南瓜 油あげ)牛乳 盛り合わせ(はんぺんチーズサンド ほうれん草としめじのソテー)マト味噌のじょう漬 香の物	ご飯 味噌汁(ふのり 長ねぎ)牛乳 鯖水煮の山かけ 3点盛り(味付のりうどの漬物 フレッシュパイ)	ご飯 味噌汁(地のり 万能ネギ 花麸)牛乳 キャベツのマフラー煮(キャベツ マフラー 人参 ニラ かぶ 味付け卵)納豆しらす入り たくあん パナヨーグルト和え	ご飯 味噌汁(ニラ 卵)牛乳 焼き魚(干チカ 大根おろし 果物)とびっ子 和え(ほうれん草 オホーツク とびっ子) なら漬	ご飯 味噌汁(豆腐 油あげ 三葉)牛乳 盛り合わせ(シーチキンオムレツ 生野菜)大根の皮とごぼうの炒め煮 うどの漬物 パナナ&ブルーヨーグルト	ご飯 味噌汁(豆腐 生わかめ 長ねぎ)牛乳 煮物(里芋 人参 たけのこの炒め煮 うどの漬物 温泉卵 果物)	ご飯 味噌汁(ほうれん草 油あげ)牛乳 焼き物(ハムステーキ 生野菜 キウイ)
昼	昔風ラーメン(ラーメン 味付メンマ なたと ほうれん草 切替 茹卵 焼海苔 長ねぎ)黒糖ゼリー 香の物	焼きたてパン(南瓜パン うぐいす好み ツイストカスタード)じゃが芋のポテトサラダ(セロリ ビーマン 胡瓜 えび キャベツ)飲み物(コーヒー リンゴジュース)	休	かもうどん ミニ散し寿司 酢生姜	スープ チャーハン 盛り合わせ(カレーの空揚げ 生野菜)3色酢物(もずく 胡瓜 菊の花)毎フルーチェ	わんこそうめん ミニお好み焼き 紅生姜 ミックスフルーツ苺ソースかけ	山菜山掛けそば ミニホットケーキ パイン オレンジ
夕	ご飯 味噌汁(芋 万能ネギ わかめ)鶏肉の甘辛ソースかけ 玉葱とニラの卵とし 香の物 パナナ1本付	ご飯 味噌汁(玉葱 卵)盛り合わせ(手作り肉シュウマイ レタス トマト)中華風サラダ わかめのスタ	ご飯 味噌汁(豆腐 わかめ)お刺身盛り合わせ(白身 マグロ サーモン タコ 頭 大根 大葉)芋茎の炒め煮 香の物	五穀米 味噌汁(大根 とろろ昆布 長ねぎ)鶏ささみピカタ焼 奴豆腐おろし 添え 煮豆(とら豆)	ご飯 清汁 鯖の味噌煮しとう添え マッシュサラダ 香の物	ご飯 味噌汁(豆腐 生椎茸 長ねぎ)サイコロステーキ フライドポテト 人参 グラッセ ほうれん草のお浸し 昆布の佃煮	ご飯 味噌汁(南瓜 油あげ 大根菜)干魚の焼き物(開ホック 大根おろし ウィナー)豆腐の卵とし 香の物
朝	15	16	17	18	19	20	21
朝	ご飯 味噌汁(大根 人参 板麸)牛乳 さんま蒲焼と梅肉和え ところろ芋 胡瓜 粕漬 たくあん	ご飯 味噌汁(南瓜 わかめ 三葉)牛乳 盛り合わせ(ハムエッグ 生野菜 果物)わらびクラゲ ミックス漬	ご飯 味噌汁 牛乳 野菜ソーテー 卵豆腐 香の物 果物	ご飯 味噌汁 牛乳 煮物(五目ひじき 人参 たけのこ 大根 味付椎茸 いんげん)納豆とオクラ 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き魚(干宗八 大根おろし オレンジ)ひじきの炒め煮 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(野菜オムレツ 生野菜 果物)わさびらげ 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 伊東の天ぷら(大根おろし 大葉)キャベツの炒め煮 香の物
昼	ご飯 味噌汁(キャベツ 油あげ)うな玉井 香の物 ほうれん草のお浸し	焼きたてパン(南瓜パン チーズデニッシュ くるみパン)ミネストローネ 黒糖ゼリー 飲み物(コーヒー 牛乳)	鮭雑炊 小さい盛り合わせ(クリームコロッケ 生野菜)香の物	豚肉のきのこうどん 鮭の海苔巻き 炒め煮	わかめスープ 北湘南レストランオムレツ サラダ 香の物	ざる天蕎麦セット(南瓜 生椎茸 クレソン たわらむ すび)蕎麦茶	ご飯 スープカレー(鶏もも 茄子 芋 ビーマン ゆで卵)らっきょ 福神漬 デザート
夕	ご飯 豚汁 牡蠣フライ G アスパラの胡麻和え たくあん	押麦入りご飯 味噌汁(絹豆腐 生わかめ 長ねぎ)ジンギスカン フルーツサラダ 香の物	ご飯 味噌汁 煮魚(メロウ鯛)スパゲッティサラダ 香の物	ご飯 けんちん汁 盛り合わせ(エビフライ クレソン レモン) わらびの炒め煮 香の物	ご飯 味噌汁 盛り合わせ(豚ロースガーリック焼き レモン)春雨のサラダ 香の物	ピースご飯 味噌汁 焼き魚(紅鮭 大根おろし オレンジ)切干大根の炒め煮 香の物	ご飯 赤だし味噌汁(豆腐 なめこ 万能ねぎ)うなぎの柳川 ナムル(小松菜 えのき 胡瓜 人参 大根) 香の物
朝	22	23	24	25(夕)誕生食メニュー	26	27	28
朝	ご飯 味噌汁(芋 油あげ 大根)牛乳 ソーセージのソテー 温泉卵 かぶと 胡瓜の漬物 オレンジ	ご飯 味噌汁(にら 卵 長ネギ)牛乳 盛り合わせ(はんぺんウチ味噌味 生野菜)りんごヨーグルトジャム 山菜 くらげ 煮豆 大根ファーム	ご飯 味噌汁(大根 ふのり 春ネギ)牛乳 山菜と身欠き鯉の炒め煮 納豆 めかぶ 香の物 選択(粕漬 たくあん 一夜漬)フルーツヨーグルト	ご飯 味噌汁(芋 わかめ 長ネギ)牛乳 焼き魚(ホック味噌漬 大根おろし トマト)南瓜の甘煮 味付海苔	ご飯 味噌汁(大根 椎茸 長ネギ)牛乳 盛り合わせ(ひじき入りオムレツ 生野菜 オレンジ)長芋の三杯酢 香の物	ご飯 味噌汁(しじみ 長ネギ)牛乳 煮物(里芋 たけのこ 鶏もも 油あげ いんげん)生卵 香の物	ご飯 味噌汁(厚あげ 大根菜)牛乳 焼き物(玉葱 入り天ぷら 大根おろし 煮豆うずら)カレー味のきんぴら 香の物
昼	野菜たっぷり味噌ラーメン たら握り(みそ漬) きな粉あん	焼きたてパン オープンサンド(生ハム 生野菜 トマト)クリームコロッケ焼き(キャベツ)リバン 春野菜タッパシチュウ フルーツゼリー マカロニサラダ 飲み物(ミルク ティー ヨービー)	休	にゅう麺 一口おにぎり(赤飯 漬物)フルーツ(ハスカップヨーグルト添)	コンソメスープ 鮭のチャーハン グリーンアスパラのサラダ 松前漬	讃岐うどん 小さい盛り合わせ(ロースチーズ巻き 手羽 厚あげ 焼きちくわ田楽味噌)春キャベツのサラダ 茎わかめの味噌漬 二十日かぶこうじ漬	生のりスープ ハッシュドビーフ 福神漬 らっきょ 春野菜と生ハムのサラダ
夕	ご飯 味噌汁(南瓜 茄子)焼き魚(カレー 大根おろし)肉じゃが 行者にんじくの酢味噌	ご飯 味噌汁(小松菜 油あげ たけのこ)盛り合わせ(チーズサンドカツ 生野菜 レモン)なめたけ和え 鮭のアラ甘辛煮	コンソメスープ(玉葱 板麸 小ネギ)福神漬 エッグ盛り合わせ(茹卵 レタス 水菜 カラービーマン 胡瓜 新玉葱)	清汁(絹豆腐 三葉 生麸)うなぎ炊き込みご飯 オードブル(帆立のカップ焼き レタス鴨肉 ロースト 二十日かぶのこうじ漬 小松菜としめじの酢味噌かけ)小田巻蒸 マンゴプリン(ソースかけ)	ご飯 味噌汁(にら 卵)サマのマリネ ぶきの炒め煮 香の物	ご飯 そうめん汁 味噌おでん(大根 こんにゃく 鶏手羽 厚あげ 焼きちくわ田楽味噌)春キャベツのサラダ 茎わかめの味噌漬 二十日かぶこうじ漬	あさり炊き込みご飯 味噌汁(豆腐 なめこ 長ネギ)空揚げ(砂カレー 大根おろし ししとう)キャベツとアスパラの梅肉和え 煮豆(花豆)
朝	29	30					
朝	ご飯 味噌汁(本しめじ にら)牛乳 盛り合わせ(かに玉あんかけ 生野菜 フライドポテト 玉葱 ビーマン)鴨肉と長ねぎの中華炒め 香の物	ご飯 味噌汁(ゆり根 エリンゲ 長ねぎ)牛乳 筑前煮(黒こん 土ごぼう 人参 大根 鶏肉 ちくわ)卵豆腐とグリーンアスパラのお浸し 浅漬 梅漬					
昼	ご飯 味噌汁(ゆり根 油あげ 長ねぎ)さんま蒲焼 こうじ漬 ミルクコーヒー2色ゼリー	サンドウィッチ(ポテトサンド チーズサンド)ベジタブルスープ(温泉卵入り)フルーツヨーグルトかけ 飲み物(コーヒー 牛乳)					
夕	ご飯 味噌汁(キャベツ 油あげ)陶板焼き(豚ロース ホタテ 玉葱 エリンゲ ビーマン)春菊の白和え 春長ねぎとホッキの醤油漬 香の物	五目御飯 味噌汁(芋 生わかめ 長ねぎ)焼き魚(甘塩ホッケ 大根おろし)八宝菜(いか 豚肉 きくらげ 人参 玉葱)たくあんの中華風味					