

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
朝				ご飯 味噌汁 牛乳 焼き物(ハムステーキ 生野菜 オレンジ) ほうれん草の磯和え 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 湯豆腐 セット 鶏モツすき焼き 風 一夜漬	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(ブレンオムレツ 生野菜 マッシュポテト) 姫竹の土佐煮 胡瓜醤油漬	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(伊東の天ぶら 大根おろし わかさぎの佃煮) ごぼうと筍のかか煮 べったら漬
昼				芋団子汁 ゆかりご飯 盛り合わせ(さんまから揚げ 生野菜 パイン) 香の物	チンゲン菜スープ ハッシュドビーフ たこサラダ 福神漬 らっきょ	山菜山かけ蕎麦 葉わさびの和え物 苺大福	きつねうどん うどのきんぴら フルーツ盛り合わせ
夕				ご飯 味噌汁 煮魚 キャベツサラダ 香の物	ご飯 味噌汁 天ぶら盛り合わせ(キス さつま芋 茄子 ふきのとう 大根おろし) 白和え 沢庵	ご飯 味噌汁 盛り合わせ(鶏もも幽庵焼き 生野菜 オレンジ) インゲンの炒め煮 ほうれん草お浸し	ご飯 味噌汁 ホイル焼(鯖 玉葱 パラペコン 本しめじ 生わかめ) スパゲティサラダ 香の物
	5	6	7	8	9	10	11
朝	ご飯 味噌汁 牛乳 はんぺんのチーズサンド トマト 塩辛 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 鯖水煮の山かけ ほうれん草とびつこ和え 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 キャベツのマフラー煮 納豆(長ネギ) 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き魚(さわら西京 大根おろし 果物) ほうれん草の和え物 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(シーチキン入りオムレツ 生野菜 パナナ) 鶏レバーの炒め煮 一夜漬	ご飯 味噌汁 牛乳 煮物(大根 ランチがんも 人参 生麩 インゲン) 温泉卵 シーチキンおくら 大根味噌漬	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(炭火焼き鳥 温野菜 トマト) 白菜梅和え 香の物
昼	焼きそば わかめスープ 紅生姜 コヒゼリー	焼きたてパン 人参のポタージュ 生ハムサラダ 飲み物(コーヒー 紅茶 牛乳)	休	鴨うどん 散らし寿司 香の物	セロリとワカメスープ 炊き込みカレーピラフ サラダ 福神漬	タコ天蕎麦 大根繊維炒め 一夜漬	タラコクリームスパゲティ はんぺんサラダ 豆乳ゼリー
夕	ご飯 味噌汁 盛り合わせ(鮭のザンギ 生野菜) 切り干し大根の炒め煮 香の物	ご飯 ラーメン汁 焼き餃子 中華風サラダ 沢庵	ご飯 赤だし味噌汁 お刺身盛り合わせ 芋茎の炒め煮 香の物	ご飯 味噌汁 盛り合わせ(海老フライ 生野菜 トマト) 大根の炒め煮 香の物	ご飯 うどん汁 鯖の味噌煮 豚しゃぶサラダ 茄子漬	ご飯 味噌汁 揚げ豆腐きのこソースかけ ポテトサラダ 大根田楽 香の物	ご飯 味噌汁 干魚の焼き物(大根おろし トマト) マーボー豆腐 香の物
	12	13	14	15	16	17	18
朝	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(サンマの蒲焼 オレンジ ほうれん草梅肉和え) とろろ芋 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(ハムエック 生野菜 パイン) ワカサギの佃煮 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 豚ロースの野菜ソテー 奴豆腐(長葱 花かつお) 香の物 佃煮	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き魚(大根おろし ほうれん草) ひじきの炒め煮 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 煮物(きんちやく 人参 大根 味噌付け椎茸 いんげん) 納豆(長ネギ 卵) 一夜漬 りんご	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(伊東の天ぶら 大根おろし 苺) 姫竹の炒め煮 沢庵	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(野菜入りオムレツ 野菜ソテー オレンジ) とろろ芋 味噌漬
昼	ご飯 味噌汁 親子丼 ほうれん草のお浸し 胡瓜漬	焼きたてパン ミネストローネ デザート 飲み物(コーヒー 紅茶 牛乳)	焼きおにぎり茶漬け 盛り合わせ(カレーコロッケ 生野菜 インゲンの胡麻和え) 大根味噌漬	豚肉ときのこうどん 巻き寿司 小鉢	芋団子スープ 北湘南レストランオムレツ 野菜サラダ 福神漬	山かけそば お好み焼き りんごのワイン寄せ	ご飯 スープカレー(人参 鶏もも 茄子 南瓜 ビーマン) 福神漬 白玉大福
夕	ご飯 三平汁 盛り合わせ(カキフライ 生野菜 オレンジ) 青大豆の卵の花炒め 沢庵	ご飯 みそ汁 煮魚 スパゲティサラダ 香の物	ご飯 味噌汁 ジンギスカン フルーツヨーグルトサラダ 香の物	ご飯 味噌汁 焼魚(大根おろし りんご) 豆腐の卵とじ にんにく醤油漬	ご飯 味噌汁 盛り合わせ(豚ロースガーリック風味 生野菜 オレンジ) ほうれん草のなめたけ和え 香の物	ご飯 味噌汁 えびのピカタ焼き 生野菜 トマト 厚あげの煮物 べったら漬	ご飯 味噌汁 牛の柳川風 ほうれん草のナムル かつお沢庵
	19	20	21	22	23	24	25
朝	ご飯 味噌汁 牛乳 野菜と焼きちくわの炒め物 温泉卵 ごぼう甘煮 胡瓜漬	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(はんぺんのバター焼き コーンソテー オレンジ) 五目大豆 セロリ漬	ご飯 味噌汁 牛乳 山菜の炒め煮 納豆(長葱 しらす) 一夜漬 パナナ ヨーグルト	ご飯 味噌汁 牛乳 鯖の味噌焼き アイノネギお浸し 竹の子の味噌炒め 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(ひじき入りオムレツ 生野菜 トマト) 長芋の梅ちそ和え 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 煮物(里芋 人参 ふき ランチガンモ 南瓜) 生卵 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き物(角ハム 生野菜 パナナとキウイのヨーグルト和え) 五目大豆 ししゃもの甘露煮
昼	ご飯 味噌汁 さんま丼 ニラ和え物 一夜漬	サンドウィッチ アサリのクリームチャウダー 飲み物(コーヒー 紅茶 牛乳)	休	にゅう麺 一口おにぎり 一夜漬	春雨スープ ドライカレー 福神漬 野菜サラダ	鍋焼きうどん ピザ 香の物	和風スパゲティ 大根サラダ ももゼリー
夕	ご飯 石狩鍋 春ネギ野菜 かぶのこうじ漬 フルーツゼリー	ご飯 みそ汁 鱈あんかけ ほうれん草のくるみおろし 茄子漬	ご飯 ボークカレー 水菜とリンゴのサラダ 福神漬 らっきょ 野菜盛り合わせ	ご飯 きのこ汁 盛り合わせ(ウインナー大葉巻き揚げ ほうれん草お浸し オレンジ) じゃが芋のそぼろ煮 大根紅生姜焼き	ご飯 味噌汁 チカのマリネ 小松菜のとびつ子お浸し 佃煮 胡瓜粕漬	ご飯 味噌汁 煮込みおでんカレー風味 春野菜のゆかり和え 胡瓜醤油漬	清汁(ソーメン 生麩 万能ネギ) 帆立炊き込みご飯 盛り合わせ(クリームコロッケ 生野菜 苺 海老チリ) 茶碗蒸し 柏餅
	26	27	28	29	30		
朝	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(蟹玉あんかけ 生野菜 オレンジ) 珍珠 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 田舎風炊き合わせ 帆立だし 巻き卵 煮豆 一夜漬	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き物(ハムロース 生野菜 キウイ) 大根の塩コンブ和え 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 スペイン風オムレツ 生野菜 白菜の煮浸し 大根醤油漬 数の子松前	ご飯 味噌汁 牛乳 湯豆腐 セット 帆立煮物 ほうれん草お浸し ごぼうかか煮 一夜漬		
昼	昔風ラーメン いなり寿司 香の物	焼きたてパン ベジタブルスープ フルーツゼリー 飲み物(コーヒー 紅茶 牛乳)	味噌汁 おにぎりセット(甘鯛大葉巻き 大根おろし トマト) アロエ ヨーグルト 香の物	だまこ汁 ゆかりご飯 盛り合わせ(糠サンマ 大根おろし ほうれん草 りんご甘煮) メロン漬	野菜スープ ハッシュドビーフ ポテトサラダ 福神漬		
夕	ご飯 味噌汁 焼き魚(大根おろし りんご) 肉じゃが 香の物	ご飯 味噌汁 盛り合わせ(ヒレカツ 生野菜 トマト) キャベツの胡麻よごし 沢庵	鯉梅ご飯 味噌汁 和風ハンバーグ(Gアスパラ 南瓜素揚げ) 春雨サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 煮魚 小松菜お浸し ビーフンの炒め物 香の物	ご飯 味噌汁 天ぶら盛り合わせ(えび さつま芋 茄子 プロッコリー 大根おろし) ほうれん草ごま和え 香の物		