

グランデージ北湘南『安心ハウス』平成 27年 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日		2日		3日		4日			
朝							ご飯・味噌汁(かぶの茎 地のり)・牛乳・焼き魚(魚 大根おろし トマト)・高野豆腐の卵とじ(カット高野豆腐 人参 味付き椎茸 いんげん卵)・数の子松前		ご飯・味噌汁(南瓜 花魁 ミツ菜)・牛乳・フレンオムレツ(卵 生野菜 トマト 生クリーム)・大豆とひじきの炒め煮(茹で大豆 いんげん にんじん ごぼう ひじきと肉)・香の物		ご飯・味噌汁(豆腐 ふのり ネギ)・牛乳・煮物(京がんと大根 ごんにやく 本シジジ 地ふき)・温泉卵・香の物(胡瓜 なす)・リンゴ		ご飯・味噌汁(豆腐 ごぼう 大根菜)・牛乳・焼き魚(合わせ 炭火 やきとり 生野菜 キューロ)・根菜とさんまの煮物(大根の皮・ごぼう・ほうれん草)・香の物(カブの味噌漬)			
昼							・スープカレー(とり肉 揚げ茄子 南瓜 玉葱 ゆで卵 人参)・ご飯 サラダ(水菜・レタス・中華クラゲ)・香の物(福神漬)・ラッキョウ		スープ(玉葱 肉団子・ピーマン)・炊き込みピラフ(玉葱 ベーコン ミックスVソムメ パター)・サラダ(生ハム 胡瓜 レタス 大根)・福神漬		なめこそぼ(そば・大根おろし・ほうれん草・長葱・たれ)・めこ・ヒレソムメ味(豚ヒレ肉・玉葱・人参・ウスターソース)・デザート(福プリン・イチゴジャム)		スープ(生野菜 ミックスV)・スパゲティ(ナポリタン(玉葱 ベーコン・ナポリタンソース・ソーゼン)・オリオール・ニンニク・バスカ)・サラダ(カルパ・大根・レモン)・コーヒ			
夕							ご飯・味噌汁(ちじみ菜 すり身)・とりササミ・リリック焼(とりササミ 豚ロース 青のり)・生野菜 オレンジ・ガーリック)・奴豆腐(大根おろし なためたけ)・香の物		・ご飯 ・うどん汁(干しうどん 板かま 長葱)・鯖の味噌煮(生巻・みそ 揚げ茄子)・豚しゃぶサラダ(豚しゃぶ ロース レタス 人参 胡瓜 ミズ菜)・香の物		ご飯・味噌汁(ふき 油揚げ とろろ昆布)・ぎせい豆腐(むき海老・生シイタケ・ごぼう 人参 大葉)・コロシロ・サラダ(キャベツ 新玉葱 りんご コーツスロー)・香の物		ご飯・味噌汁(小松菜 あげ はんぺん)・干魚(干魚 干魚 菊 菊海苔 ウインナー)・高野豆腐の含め煮(高野豆腐・人参 本めじ いんげん)・香の物(なす たくあん)			
朝	5日		6日		7日		8日		9日		10日		11日			
朝	ご飯・みそ汁(豆腐・長葱)・牛乳・さんま蒲焼と野菜のソテー(小松菜 焼くわ コーン)・くだもの・長芋 花カツオ・香の物		ご飯・みそ汁(豆腐 ネギ ふのり)・牛乳・ハムエック(ロースハム・生野菜 くだもの)・切り干し大根の中華炒め(切り干し大根・ごぼう・ピーマン・ごま油)・香の物(漬漬)・煮豆		ご飯・みそ汁(小松菜 はんぺん 人参)・牛乳・野菜のソーテー(豚小間切・生椎茸 本めじ 人参 もやし・玉葱・キャベツ)・絹豆腐くず煮(絹豆腐・味付き椎茸 カニカマ)・香の物		ご飯・みそ汁(絹豆腐 長ネギ 生のり)・牛乳・焼き魚(魚 大根おろし きたもの)・ひじきの炒め煮(ひじき・油揚げ・味付き椎茸)・香の物		ご飯・みそ汁(南瓜 エリンゲ 万能ねぎ)・牛乳・煮物(椎茸・京がんと大根 人参・焼きちく・いんげん)・納豆オクラ入り(オクラ・長ネギ・野沢菜)・香の物(玄米漬)・人参の卵じ		ご飯・みそ汁(しめじ 豆腐 長葱)・牛乳・伊東のてんぷら(角天 大根おろし トマト)・山菜の炒め煮(わらび 山菜水菜 コシニヤク 鯖魚)・胡瓜		ご飯・みそ汁(本めじ たぐら 長葱)・牛乳・肉みそ入りオムレツ(卵・肉みそ・生野菜 トマト)・身欠きにしんの煮物(身欠きにしん・人参・大根)・香の物			
昼	ご飯・みそ汁(椎茸 ネギ 花魁)・ヒレカツ(ヒレ肉・玉葱・竹の子・生椎茸・みつぱ・卵・もみのり)・お浸し(もやし・花カツオ)・香の物		焼き立てパン(フレンチトースト・デニッシュスクエア・十勝あんパン)・ミネストローネ(にんにく・芋・キャベツ)・人参・トマト水煮缶・ペーコン・ローリー)・デザート(ブドウゼリー・白玉・柿・リンゴ)・もも・コーヒ		うなぎ焼(うなぎ蒲焼・ごぼう・竹の子・みつぱ・椎茸・みつぱ・玉子・だし汁)・小さい盛合わせ(南瓜コロッケ 生野菜 トマト)・フルーツヨーグルト和え・野沢菜昆布		具沢山塩うどん(豚バラ肉・本しめじ・椎茸 ほうれん草)・ミニ寿し(いか)・とびっこ(豚肉・オホーツク)・サラダ(白菜・G・フルーツ)甘酢生野菜		スープ(大根 ごぼう 長葱)・北海道オムレツ(鶏肉・玉葱・ピーマン・人参・オムレツソース・生クリーム)・トマトの中華サラダ(中華クラゲ トマト)・福神漬		鍋焼きみょうどん(うどん だし汁 味付ききん粉 油揚げ 大根 ほうれん草 など)・長葱・小鉢(ごぼう 胡麻和え・水菜)・デザート(ピーチゼル)		スープ(トマト水菜・なす・ロールキャベツ)・焼立てパン(レーズンぱん・カレーパン・フオカチャ・みそパン)・サラダ(サラミ・シーチキン・チーズ・レタス)・コーヒ			
夕	五穀米入りご飯・豚汁(豚小間肉 ごぼう さつま芋 人参・ごぼう 豆腐)・大揚げ 長葱)・盛合わせ(南瓜 コロッケ・板かま・生野菜・トマト)・くるみ和え(ほうれん草 人参)・たくあん 胡瓜の漬物		ご飯・みそ汁・煮魚(昆布・生姜・大根)・ラーメンサラダ(らーめん ロースハム ゆで卵 胡瓜 玉葱)・煮豆・香の物		ご飯・みそ汁(ミツバ キャベツ)・とろ焼き(甘えび 銀鮭・玉葱 エリンギ 南瓜・もやし・ピーマン)・ごまだし汁)・小さい盛合わせ(南瓜コロッケ 生野菜 トマト)・フルーツヨーグルト和え・野沢菜昆布		大根とキノコの炊き込みご飯(大根・本シジジ・エニキダマ・昆布・酒・醤油・みりん)・汁汁(豆腐・三つ・小さい盛合わせ(厚焼き玉子・竜田揚げ 生野菜・リンゴ)・茄子の味噌炒め(揚げ茄子・みそ・ピーマン・醤油)・香の物(かぶ)		ご飯・みそ汁(エリンゲ 南瓜)・豚ロース生巻焼き(豚ロース・生姜・ケチャップ 生野菜 パイン)・炒り豆腐(長葱・人参・長葱・ひき肉・豆腐・玉子)・香の物(カツオたくあん 白菜)		ご飯・みそ汁(南瓜 には 生のり)・焼き魚(大根おろし)・炒り豆腐(豆腐・ごぼう・万能ねぎ・ひじき・ひき肉)・大根ニコン煮(大根・白菜)		ご飯・みそ汁(じゃが芋 はんぺん 長葱)・焼き魚(さわら西京 大根おろし くだもの)・ほうれん草 根とじ(ほうれん草・玉子)・だし汁・醤油)・香の物(胡瓜)の漬物			
朝	お粥・みそ汁・牛乳・焼き魚(一塩 鯖 大根おろし パイン)・フロッピーーとちくわの炒め物(小松菜 コーン 焼きちくわ)・香の物		ご飯・みそ汁(そうめん がんも 美味)・牛乳・炊き合わせ(ごぼう 人参 竹もろ とうもろ ほうれん草 椎茸)・たけのこお浸し(卵 白菜 ロール きざみみそ トマト)一夜漬汁・花豆		ご飯・みそ汁(絹豆腐 青ねぎ カツワカメ)・牛乳・山菜の炒め煮(山菜水 たぐら 黒コシニヤク 人参)・納豆(しらす 野沢菜 長ネギ)・バナナ		ご飯・みそ汁(わかめ 椎茸 長ネギ)・牛乳・ハムステーキ(生野菜・オレンジ・カーネルコーン・ウインナー)・ひじきの炒め煮(ひじき・ごぼう・厚揚げ・白滝・人参・いんげん)・香の物		ご飯・味噌汁(しめじ ほうれん草 揚げ)・牛乳・煮物(ミニ春雨中着里芋 人参 いんげん 本シジジ たぐら)・生卵・香の物・フルーツヨーグルト・くだもの		ご飯・味噌汁(豆腐 わかめ)・牛乳・盛合わせ(ミートボール トマト ケチャップ 生野菜 アスパラ)・めかぶとろろ(長芋 めかぶ)・香の物		ご飯・味噌汁(豆腐 カットワカメ 長葱)・焼き魚(さわら西京 大根おろし くだもの)・ほうれん草 根とじ(ほうれん草・玉子)・だし汁・醤油)・香の物(胡瓜)の漬物			
朝	春雨スープ(春雨 わかめ 卵 タケノコ)・変わりドラッカレー(五穀米 豚ひき肉 玉葱 生シイタケ にんにく カレール粉 小麦粉 ほうれん草)・温野菜(キャベツ・人参 エリンゲ・新玉葱)・香の物(福神漬)		サンドウィッチ(卵 ぽてト 胡瓜 玉葱 ハム チーズカット 菓子パン)・あざりのかれーチャウダー(あざり水煮 キャベツ 玉葱 牛乳 カレール 小麦粉 ミックスV)・ヨーグルトラズベリーソース(ヨーグルト ラズベリーソース ミカン缶)・コーヒ		ホタテカレー(ほたて 芋 玉葱 人参 にんにく ハイグレード)・盛合わせ(レタス 胡瓜 アスパラ ゆで卵 トマト)・杏仁豆腐・香の物(福神漬)		ご飯・三平汁(糸巻鮭 人参 ごぼう 本シジジ 味噌 長ネギ 白滝)・盛合わせ(竜田揚げ 生野菜 トマト)・胡麻和え(ほうれん草 人参 白すりごま)・とろろてん(胡瓜)・香の物		スープ(手羽 糸寒天 はんぺん)・キノコチャーハン(コンソメ 舞茸 本シジジ 玉葱 人参 舞茸 むき海老)・サラダ(人参・ツナ・胡瓜)・香の物(福神漬)		かき揚げそば(そば だし汁 玉葱・春菊・から揚げ粉 油揚げ 大根 ほうれん草 など)・長葱)・白菜・フルーツサラダ(白菜・G・フルーツ・ココロスロー)・デザート(白玉団子・栗・小豆)・		スープ(生巻 きくらげ 春雨)・カルボナーラ(パルメザン・ペーコン あざり水煮 カルボナーラ 粉)・パセリ 粉チーズ・サラダ(レタス むき海老)・コーヒ			
夕	ご飯・番茶・うどんすき(干しうどん 豚カカオソース 生椎茸 焼き豆腐 玉葱 春菊 長葱 板かま)・酢の物(胡瓜 めさば じゆんあん)・香の物(白菜しよ油漬)・ごま豆腐		ワカメ飯(ワカメ)・みそ汁(バナナ しめじ きゃべつ)・焼き魚(銀鮭 大根おろし)・肉じゃが(豚カツ 肉 芋 玉葱 人参 白滝 生姜)・香の物・生野菜かまかつお和え		ホタテカレー(ほたて 芋 玉葱 人参 にんにく ハイグレード)・盛合わせ(レタス 胡瓜 アスパラ ゆで卵 トマト)・杏仁豆腐・香の物(福神漬)		ご飯・三平汁(糸巻鮭 人参 ごぼう 本シジジ 味噌 長ネギ 白滝)・盛合わせ(竜田揚げ 生野菜 トマト)・胡麻和え(ほうれん草 人参 白すりごま)・とろろてん(胡瓜)・香の物		ご飯・みそ汁(大根 三つぱ おふく 大根菜)・豚ロースポテト巻き(豚ロース・チーズ・生野菜・トマト)・なめたけ和え(ほうれん草・オホーツク・胡瓜)・香の物(たくあん)・イカオクラ酢漬		ご飯・味噌汁(豆腐 本シジジ ねぎ)・天ぷら盛合わせ(大根 豚バ トマト)・サウイコステーキ(サイコロステーキ・フライポテト)・いんげん炒め煮(いんげん・人参・黒コシニヤク・ほうれん草)・香の物(たくあん)		ご飯・味噌汁(白菜 はんぺん 長葱)・魚の漬(白菜のみそ味付甘 酢大根 オレンジ)・里芋のそぼろ煮(里芋 とろき肉 いんげん てん粉)・カツオ沢庵・スイカ			
朝	ご飯・みそ汁・牛乳・かに玉あんかけ(卵 かにむき身 かに玉の素 生野菜 オレンジ)・大根の焼き煮(大根 黒こんにやく 焼くわ)・香の物		ご飯・みそ汁・牛乳・はんぺんバターしよ油焼き(はんぺん 小麦粉 青海苔 卵 アスパラ缶 カーネルコーン 玉葱 ウインナー)・和風ナマル(春雨・にんにく・小松菜)・香の物		ご飯・みそ汁(とりごぼう 水菜 豆腐)・牛乳・焼き魚(角ハム 温野菜 アスパラ フロッピーー 人参)・豚バラ炒め煮(豚バラ 玉葱 にんにく 生巻 白滝 人参)・香の物・うぐいす豆		野菜たっぷりスープ(長葱・大根・人参・里芋・ごぼう)・ゆかりご飯盛合わせ(ゆかり レタス トマト 鮭 ハラスから揚げ 枝豆・スイカ・ポテト)・香の物(胡瓜)		ご飯・みそ汁(大根 人参 ネギ)・牛乳・焼き魚(角ハム 温野菜 アスパラ フロッピーー 人参)・豚バラ炒め煮(豚バラ 玉葱 にんにく 生巻 白滝 人参)・香の物・うぐいす豆		ご飯・みそ汁・牛乳・湯豆腐セット(豆腐 白菜 昆布 長ネギ 生椎茸 生姜)・くだもの・切干ごぼう(人参 いんげん)・白菜 胡瓜の漬物		ご飯・味噌汁(南瓜 なす ワカメ)・牛乳・チーズ入りオムレツ(玉子 人参)・ごぼう(大根おろし)・和え(ピーマン)・昆布佃煮・香の物		ご飯・味噌汁(大根 人参 ほうれん草)・大根おろし(大根おろし オレンジ)・コンニャクのかか煮(豚肉・生姜 こんにやく)・香の物	
昼	スープ・あんかけ焼きそば(むき海老・豚バラ肉・人参・もやし・にんじん・キャベツ)・イカ)・くだもの・香の物(紅しようが)		焼き立てパン(南瓜 パン 天かま ロール ツイストカスター あんぱん)・ベジツブルスープ(ミックスV 玉葱 キャベツの芯 芋 にんにく ロースハム)・サラダ(サモーン 海藻 胡瓜)・コーヒ		みそ汁(白菜 焼き豆腐)・おにぎり(鮭 梅 焼売 金平コボウ ホタテと芯玉葱の和え物)・抹茶ゼリー(抹茶・砂糖・牛乳)・香の物		野菜たっぷりスープ(長葱・大根・人参・里芋・ごぼう)・ゆかりご飯盛合わせ(ゆかり レタス トマト 鮭 ハラスから揚げ 枝豆・スイカ・ポテト)・香の物(胡瓜)		スープ(ベーコン・ハンペン・牛バラ肉・玉葱 糸寒天)・ハヤシライス(牛バラ肉 玉葱 ルー 竹の子 エリンギ)・とりごぼう(むきえび 海藻サラダ 大根・レタス)・福神漬汁・らっきょ		五目しよ(大根 ごぼう 人参 赤みそ とろ肉 白菜 竹の子 きし じゆん 春菊 長ネギ)・新ぶき炒め(ふき・醤油・砂糖)・沖繩風お好み焼き(干し玉子粉・青ネギ)		抹茶入り玄米茶・ミルク粥(牛乳)・盛り合わせ(さんま味噌揚げ レタスドレッシング エビチーズ焼き イチゴ 青梗菜ごま和え)・煮物(かまぼこ 人参 焼き豆腐 かぶ フロッピーー)・シアンバナー・ねぎ 梅			
夕	ご飯・みそ汁・マリネ風(鮭・生野菜・タルタルソース)・茹で卵・牛乳・かにむき身 かに玉の素 生野菜 オレンジ)・大根の焼き煮(大根 黒こんにやく 焼くわ)・香の物		ご飯・みそ汁(ワカメ 芋 ネギ)・焼き魚(魚 大根おろし)・マーボー茄子(茄子 豚ひき肉 にんにく 長ネギ 砂糖 醤油)・野沢菜		ご飯・みそ汁(南瓜・ワカメ)・和風みハンバーグ(合いひき肉 大根おろし うまボン 玉葱)・春雨サラダ(春雨 ロースハム もやし)・香の物(菜シタ)		ご飯・みそ汁(キャベツ ニラ 卵)・煮魚(魚 生姜 コンニャク)・ポテトサラダ(マカロニ 玉葱 胡瓜 茹で卵 ソーセージ マヨネーズ レタス)・香の物(ベッタラ漬)		ご飯・みそ汁(すり身 椎茸 ネギ)・天ぷら盛合わせ(尾付きえび なす 本めじ 南瓜 大根おろし 人参)・白和え(豆腐 すりごま 人参 黒コシ ほうれん草 味付き椎茸)・香の物		ご飯・和風スープ(もやし 油揚げ)・とり幽庵焼き(鶏肉 生野菜 トマト)・サウイコステーキ(サイコロステーキ・フライポテト)・いんげん炒め煮(いんげん・人参・黒コシニヤク・ほうれん草)・香の物(たくあん)		ご飯・味噌汁(はんぺん ネギ がんも)・たらほイル焼(鯖 みそマヨネーズ 生椎茸 マッシュポテト)・カーネルコーン)・豆腐の卵とじ(豆腐 ニラ ごぼう 本しめじ 人参 玉子)・さつま芋甘煮・香の物			
朝	26日		27日		28日		29日		30日							
朝	ご飯・味噌汁(ネギ 椎茸 人参)・牛乳・はんぺんのチーズサンド(はんぺん カットチーズ 生野菜 オレンジ)・人参の卵とじ(人参・ピーマン・玉子)・香の物		ご飯・味噌汁(はんぺん 人参 地 地)・牛乳・豚水煮の山かけ(長ネギ 卵黄 醤油)・キャベツの磯和え(キャベツ・人参・佃煮)・香の物		ご飯・味噌汁(椎茸 大根 ねぎ)・牛乳・キャベツのマッラー煮(人参 てんぷら・ひじ 本めじ 青葉)・納豆(しらす 玉葱)・くだもの(バナナ・柿)		ご飯・味噌汁(かぶの茎 地のり)・牛乳・焼き魚(魚 大根おろし トマト)・高野豆腐の卵とじ(カット高野豆腐 人参 味付き椎茸 いんげん卵)・数の子松前		ご飯・味噌汁(南瓜 花魁 ミツ菜)・牛乳・フレンオムレツ(卵 生野菜 トマト 生クリーム)・大豆とひじきの炒め煮(茹で大豆 いんげん にんじん ごぼう ひじきと肉)・香の物							
昼	昔風ラーメン(スープ みそたれ ラーメン もやし キャベツ 人参 長葱)・いり寿し・香の物(甘酢生巻)		焼き立てパン(レーズンぱん 牛乳 パン あんぱん ベーコン&チーズ サンド)・コンソメスープ(コンソメ・バター 玉葱 牛乳 生クリーム)・サラダ(玉葱 せりお とりむね肉 胡瓜)・コーヒ		休		・スープカレー(とり肉 揚げ茄子 南瓜 玉葱 ゆで卵 人参)・ご飯 サラダ(生ハム キャベツ)・香の物		・ご飯 ・うどん汁(干しうどん 板かま 長葱)・鯖の味噌煮(生巻・みそ 揚げ茄子)・豚しゃぶサラダ(豚しゃぶ ロース レタス 人参 胡瓜 ミズ菜)・香の物							
夕	ご飯・みそ汁(焼き豆腐・庄内鮭・ねぎ)・牛の柳川(上玉シイタケ・ごぼう・玉葱・三つぱ・牛バラ)・ケ)・フルーツヨーグルト(バナナ・フルーツ・ヨーグルト)・香の物・切り干し大根の炒め煮(人参・ひじき・いんげん)		ご飯・中華スープ(わかめ メンマ 春雨)・エビ入り大ウマウマ(エビ入り大焼売・白菜・トマト)・中華サラダ(中華クラゲ 胡瓜 人参 もやし)・香の物		ご飯・赤だし味噌汁(なめこ 絹豆腐 みつぱ)・お刺身盛り合わせ(そい・まぐろ えび 大根ケン 大葉)・ズイキの炒め煮(人参 生揚げ こんにやく 青葱)・めかぶの茎・もずくさんしよの茎		ご飯・味噌汁(ちじみ菜 すり身)・とりササミのチーズサンドフライ(とりササミ 豚ロース 青のり 生野菜 オレンジ)・奴豆腐(大根おろし なためたけ)・香の物		・ご飯 ・そうめん汁(干しうどん 板かま 長葱)・鯖の味噌煮(生巻・みそ 揚げ茄子)・豚しゃぶサラダ(豚しゃぶ ロース レタス 人参 胡瓜 ミズ菜)・香の物							