









4 月 献 立 表

	28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)	1 (金)	2 (土)	3 (日)
朝	ご飯 味噌汁 なす味噌炒め 胡瓜塩昆布和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁 昆布とさつま揚げ煮 オクラとトロロ和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁 チーズスクラブルエッグ 卵の花 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 ひじき煮 納豆 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 切り干し大根煮 小松菜の和え物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 カニカマ卵ロール 白菜おかか和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁 きんぴらごぼう 温泉たまご 牛乳
昼	ご飯 赤魚粕漬け焼き アスパラ炒め 白桃缶 すまし汁	ご飯 鶏肉の生姜焼き 菜の花の卵とし フルーツミックス 味噌汁	ご飯 カレーの梅煮 春雨炒め りんご すまし汁	★郷土食★ 福岡県 ごぼう天うどん キャベツサミサラダ フルーツソフ	ご飯 鶏肉BBQソース ふき胡麻和え パイン缶 すまし汁	ご飯 鮭のハーブ焼き 大根サラダ みかん缶 すまし汁	ご飯 豚肉のごま焼き 五目大豆 黄桃缶 すまし汁
おやつ	ケーキセレクト コーヒー	ミニたい焼き 	みかんゼリー 	パンケーキ 	ココアワッフル 	マドレーヌ 	黒糖まんじゅう 
夕	ご飯 豚肉オニオンソース さつま芋レモン煮 春菊の和え物 ヤクルト	ご飯 白身魚フライ 白菜煮浸し ブロッコリーピーナッツ和え ヤクルト	ご飯 豆腐ロール キャベツしめじ炒め かぶゆず香漬け ヤクルト	ご飯 かに玉 ハムとじゃがいも炒め ほうれん草和え物 ヤクルト	ご飯 ぶりの照り焼き もやし炒め アスパラツナサラダ ヤクルト	ご飯 鶏の味噌焼き 里芋のりまぶし 青梗菜しらす和え ヤクルト	ご飯 鯖おかか煮 ブロッコリーかにあんかけ 山菜和え物 ヤクルト



4 月 献 立 表

	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)	10 (日)
朝	ご飯 味噌汁 スクランブルエッグ 青梗菜お浸し ヨーグルト	ご飯 味噌汁 鮭のほぐし 菜の花辛子和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁 野菜入り卵蒸し かぶの和え物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 きんぴらごぼう 納豆 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 厚揚げの煮物 さつま芋マヨ和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁 なすの煮付け 温泉たまご ヨーグルト	ご飯 味噌汁 じゃがいも煮 胡瓜塩昆布和え 牛乳
昼	ご飯 赤魚の野菜蒸し スパゲティサラダ バナナ すまし汁	ハヤシライス レタスサラダ デザートムース	ご飯 鮭ごま照り焼き ビーフンソテー みかん缶 味噌汁	ご飯 豚肉トマト炒め 小エビサラダ パイン缶 すまし汁	南瓜ほうとう 菜の花錦糸あえ オレンジ	ご飯 ハンバーグなめ茸おろし もやし辛子和え 黄桃缶 味噌汁	ご飯 鯖の生姜煮 ブロッコリーきのこ炒め 夏みかん缶 味噌汁
おやつ	どらやき (カスタード)	やわらかおかき 	バームクーヘン 	まんじゅう 	ドーナツ (オールドファッション)	カスタードケーキ 	あんドーナツ 
夕	ご飯 豚の生姜ソース 煮奴 南瓜サラダ ヤクルト	ご飯 鯖のおろし煮 里芋甘味噌かけ インゲン白あえ ヤクルト	ご飯 鶏肉マヨ焼き ふんわりボール煮 なす浅漬 ヤクルト	ご飯 カレーもろみ焼き ハムじゃが芋炒め 春菊酢味噌和え ヤクルト	ご飯 八宝菜 和風チヂミ バンバンジーサラダ ヤクルト	ご飯 白身魚ねぎ焼き ごぼう巻き煮 キャベツ浅漬 ヤクルト	ご飯 鶏からあげネギソース ビーフンソテー ほうれん草磯あえ ヤクルト

4 月 献 立 表

	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)	17 (日)
朝	ご飯 味噌汁 豆乳つみれ煮 キャベツ甘酢漬け ヨーグルト	ご飯 味噌汁 切り干し大根煮 温泉たまご ヨーグルト	ご飯 味噌汁 イカボール煮 小松菜の和え物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 五目大豆煮 なます ヨーグルト	ご飯 味噌汁 キャベツ卵ソテー 納豆 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 豆腐ひじき煮 インゲン和え物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 厚揚げのあんかけ おくらのおかか和え 牛乳
昼	山菜とろろそば 肉焼売 フルーツポンチ	ご飯 鯖のふき味噌焼き もやしゼンマイナムル パイン缶 味噌汁	ご飯 ヒレカツ なすの炒め煮 白桃缶 すまし汁	ご飯 豚ねぎ塩カルビ 厚揚げとわかめ煮 みかん缶 すまし汁	ご飯 和風グリルチキン ごぼうサラダ バナナ すまし汁	ご飯 鯖の照り焼き ピーマン炒め フルーツミックス 味噌汁	ご飯 インゲン豚肉巻き マカロニサラダ 黄桃缶 すまし汁
おやつ	カスタードワッフル 	ドーナツ 	ミニたい焼き 	いちごゼリー 	どらやき (あんこ)	ロールケーキ 	パンケーキ (黒蜜)
夕	ご飯 鮭の塩麹焼き 里芋おかか煮 アスパラツナサラダ ヤクルト	ご飯 鶏肉七味焼き 大豆トマト煮 春菊の和え物 ヤクルト	ご飯 赤魚粕漬け焼き 擬製豆腐 胡瓜のマヨあえ ヤクルト	ご飯 白身魚マヨ焼き じゃが芋煮 海藻レタスサラダ ヤクルト	ご飯 アジ煮付け梅風味 ウイナーブロッコリーソテー 春雨サラダ ヤクルト	ご飯 タンドリーチキン 大根煮 ほうれん草胡麻和え ヤクルト	ご飯 ぶりのおかか煮 もやし炒め ブロッコリー塩昆布和え ヤクルト

4 月 献 立 表

	18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)	24 (日)
朝	ご飯 味噌汁 昆布さつま揚げ煮 ひじきサラダ ヨーグルト	ご飯 味噌汁 高野豆腐卵とし 白菜和え物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 スクランブルエッグ 納豆 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 なすの煮付け 青梗菜お浸し ヨーグルト	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 ほうれん草和え物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 切り干し大根煮 卵の花 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 リーゼ-ヅ 野菜リテ- 納豆 牛乳
昼	ご飯 白身魚山椒煮 ごぼう白滝炒め 白桃缶 すまし汁	食パン クリームシチュー イタリアンサラダ 夏みかん缶	ご飯★郷土食★ 大分県 とり天 ネギとニラのナムル 杏仁豆腐 味噌汁	ご飯 豚肉味噌漬け炒め 大根ゆず甘酢和え フルーツミックス すまし汁	ご飯 もろこ煮付け インゲンとササミ和え物 みかん缶 味噌汁	ご飯 鶏肉マスタード焼き キャベツツナ和え バナナ すまし汁	ご飯 鯖の照り焼き マカロニサラダ パイ缶 味噌汁
おやつ	今川焼き (抹茶) 	コーヒーゼリー	シュークリーム	飲み物セレクト せんべい	カステラ 	ベルギーワッフル	小麦まんじゅう
夕	ご飯 ハンバーグ照り焼き さつま芋レモン煮 アスパラツナサラダ ヤクルト	ご飯 鯖の梅蒸し焼き イカボール煮 ほうれん草信田和え ヤクルト	ご飯 麻婆豆腐 ビーフンソテー 春菊和え物 ヤクルト	ご飯 赤魚の蒸し焼き 里芋そぼろ煮 ブロッコリー塩昆布和え ヤクルト	ご飯 鶏肉バジル風味焼き エビとポテト炒め インゲン白和え ヤクルト	ご飯 白身魚フライ 大豆のトマト煮 小松菜和え物 ヤクルト	ご飯 豚肉オニオンソース 大根ときのご煮 おくらおかか和え ヤクルト

4 月 献 立 表

	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30 (土)	
朝	ご飯 味噌汁 豆乳つみれ煮 さつま芋マヨ和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁 南瓜煮付け なめ茸おろし ヨーグルト	ご飯 味噌汁 カニかま卵ロール 白菜おかか和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁 ひじき煮 卵の花 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 厚揚げあんかけ 納豆 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 きんぴらごぼう 菜の花お浸し ヨーグルト	
昼	ご飯 回鍋肉 豆腐サラダ 夏みかん缶 中華スープ	あさりうどん 鶏肉甘辛煮 フルーツミックス 	ご飯 白身魚グリーンソース ビーフソテー バナナ 味噌汁	ご飯 豚肉の生姜焼き 大根ツナ和え 黄桃缶 味噌汁	赤飯 鶏肉の玉葱焼き ふきわかめ煮 パイン缶 すまし汁	ご飯 赤魚の生姜煮 蒸し鶏サラダ オレンジ 味噌汁	
おやつ	やわらかおかき	ケーキセレクト コーヒー	今川焼き (カスタード)	ロールケーキ (コーヒー味)	抹茶ゼリー  昭和の日	パンケーキ	
夕	ご飯 ほっけの塩焼き チキンボールコンソメ煮 もやしの和え物 ヤクルト	ご飯 豆腐ロール ブロッコリーカニ卵あんかけ 胡瓜ごま油和え ヤクルト	ご飯 鶏肉照り焼き 三色卵焼き 青梗菜和え物 ヤクルト	ご飯 鯖の七味焼き なすの煮付け ほうれん草の白和え ヤクルト	ご飯 鮭フライ 切り干し大根高野煮 ブロッコリーピーマン和え ヤクルト	ご飯 インゲン豚肉巻 さつま芋甘煮 白菜おかか和え ヤクルト	