

# 4月献立予定表

	♫ (日)	4月1日 (月)	4月2日 (火)	4月3日 (水)	4月4日 (木)	4月5日 (金)	4月6日 (土)
昼		ご飯・味噌汁 豚肉とチンゲン菜の卵炒め エビと里芋のおろし煮 やわらかしゅうまい	ご飯・すまし汁 肉じゃが(塩味) シーフードサラダ 卵寒天	ご飯・味噌汁 鮭の煮付け イカのチリソース風炒め 果物	ご飯・味噌汁 肉野菜炒め 三角いなりの煮物 青菜の磯和え	ご飯・スープ カレー 大根サラダ 果物	ご飯・味噌汁 かれい煮つけ 卵炒め 青菜と菊のくるみ和え
夕		ご飯・味噌汁 白身魚の煮付け けんちん炒め 鶏五目豆	ご飯・味噌汁 サバのネギ味噌焼き 白菜とベーコンの旨煮 ブロッコリーのおかか和え	ご飯・味噌汁 すき焼きコロッケ けんちん炒め いんげんとじゃが芋のサラダ	ご飯・味噌汁 タラの梅あんかけ マカロニサラダ 炒り卵と菜の花の和え物	ご飯・味噌汁 白身フライ キャベツと竹輪のみそマヨ和え じゃがいもの煮物	ご飯・味噌汁 からあげ 春雨サラダ かぼちゃの煮物

	4月7日 (日)	4月8日 (月)	4月9日 (火)	4月10日 (水)	4月11日 (木)	4月12日 (金)	4月13日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 野菜コロッケ ふきとさつま揚げの炒め煮 白和え	ご飯・味噌汁 赤魚の西京焼き けんちん炒め 枝豆そばろ	ご飯・味噌汁 春巻き にらともやしの和えもの さつまいもサラダ	ご飯・味噌汁 鶏の塩麹焼き いんげんの青じそドレ和え 里芋そばろ煮	ご飯・味噌汁 マーボーなす キャベツのサラダ 厚焼き卵	ご飯・味噌汁 かにたま 根菜のコンソメ煮 果物(オレンジ)	ご飯・味噌汁 アジの生姜焼き 切干大根煮 ポテトサラダ
夕	ご飯・スープ 肉団子 マスタードマヨサラダ 大根のカニかまあん	ご飯・味噌汁 肉じゃが オクラのなめたけ和え ふわふわ卵	ご飯・かき玉汁 酢豚 オニオンドレッシングサラダ 果物(洋なし)	ご飯・すまし汁 とんかつ 青菜の煮浸し 根菜のカレー煮	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き 豚肉と根菜のオイスター煮 オクラ山芋	ご飯・味噌汁 サバ味噌煮 五目和え ひじき煮	ご飯・スープ(ポテト) チキン照り焼き風 ちくわときぬさやの卵とじ もずく酢

	4月14日 (日)	4月15日 (月)	4月16日 (火)	4月17日 (水)	4月18日 (木)	4月19日 (金)	4月20日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 鶏と大根の煮物 お浸し 南瓜サラダ	ご飯・味噌汁 里芋と鶏の煮ころがし チンゲン菜のごま酢和え 果物(バナナ)	ご飯・すまし汁 豚肉とじゃがいもの炒め物 キャベツの生姜浸し 旬彩焼き	ご飯・味噌汁 赤魚の煮付け 春雨サラダ 鶏五目豆	ご飯・味噌汁 メンチカツ レタスサラダ じゃが芋とさつま揚げの煮物	ご飯・味噌汁 オムレツ ささみのカレー風味和え うぐいす寒天	ご飯・味噌汁 かれいの塩麹焼き 南瓜の含め煮 くるみ和え
夕	ご飯・すまし汁 牛肉コロッケ なすと小葱のおろし和え わかめとコーンの和え物	ご飯・味噌汁 サバの塩焼き ほうれん草と卵の炒め和え ふきの煮物	ご飯・味噌汁 エビフライ 青昆布煮 オニオンサラダ	ご飯・味噌汁 トマト煮込みハンバーグ ナムル 果物	ご飯・味噌汁 白身魚の野菜黒酢あんかけ 小松菜のエビの生姜和え 南瓜のそばろ煮	ご飯・味噌汁 鶏のから揚げ ひじきの炒り煮 なます	ご飯・味噌汁 ホイコーロー マカロニサラダ 小松菜のしらす和え

	4月21日 (日)	4月22日 (月)	4月23日 (火)	4月24日 (水)	4月25日 (木)	4月26日 (金)	4月27日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 豚肉の高菜炒め ひとくちがんもの煮物 果物	ご飯・味噌汁 デミハンバーグ もやしとピーマンの卵炒め フルーツヨーグルト	ご飯・味噌汁 カニ玉 大豆と豚肉のポトフ風 青菜のごま和え	ご飯・味噌汁 うどん(鱈の煮つけ) ほうれん草サラダ 果物	ご飯・味噌汁 ハヤシライス 卵炒め 杏仁フルーツ	ご飯・味噌汁 肉団子 小松菜のナムル 南瓜のバター煮	ご飯・味噌汁 サバの塩焼き 鶏じゃが 果物
夕	ご飯・味噌汁 イカフライ ぜんまいの煮物 ふわふわ卵あんかけ	ご飯・味噌汁 サバの利休焼き マーボー春雨 菜の花の白和え	ご飯・すまし汁 白身フライ 根菜の粕煮 じゃこサラダ	ご飯・味噌汁 チキンカツ 山菜のけんちん 青菜の和え物	ご飯・かき玉汁 マーボー豆腐 青菜の辛子和え すき昆布の煮物	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き 春雨の酢の物 ピーナツ和え	ご飯・すまし汁 親子煮 青菜のお浸し うぐいす豆

	4月28日 (日)	4月29日 (月)	4月30日 (火)
昼	ご飯・味噌汁 豚肉の生姜焼き 根菜の煮物 白菜とツナのマヨサラダ	ご飯・味噌汁 ほき野菜あん いんげんのごま和え 里芋おかか煮	ご飯・味噌汁 ロールキャベツ ジャーマンポテト しゅうまい
夕	ご飯・味噌汁 赤魚のさっぱりダレ 小松菜と油揚げの煮浸し 茶碗蒸し	ご飯・味噌汁 メンチカツ もやしの梅和え 花五目巻き	ご飯・味噌汁 鶏肉の中華炒め 塩昆布和え 卵寒天

※献立は食材の納入状況により  
変更する場合がございます



庄内まちづくり協同組合 虹  
配食センター 味彩  
TEL:24-0010 FAX:33-8800

