

# 昼食献立表

2024年

4月1日~4月30日

行事食

8日(月) はなまつり

1日(月)

魚のピカタ
白菜の中華炒め
切干と菜の花のサラダ
すまし汁
御飯

2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)
鶏のケチャップ煮	スタミナ炒め	お好み焼き	とんかつ	魚の梅しそ焼き	鶏のハニーマスタード焼き
チャプチェ風	けんちん煮	炊き合わせ	もやしとニラのチャンプルー	市松煮	小松菜とちくわの炒め煮
レンコンのサラダ	ワカメの酢の物	小松菜の野沢菜風	チンゲン菜のゴマ酢和え	おかか和え	ゴボウサラダ
豆腐の味噌汁	麩の味噌汁	ナスの味噌汁	すまし汁	かき玉汁	さつま芋の味噌汁
御飯	御飯	混ぜ御飯	御飯	御飯	御飯

8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
魚の桜蒸し	ビーフシチュー	鮭フライ	豚南蛮そば	麻婆豆腐	牛肉のおろし煮
あさりと大根の煮物	明太子スパゲッティ	ジャーマンポテト	かき揚げ	大学芋	マカロニソテー
きゅうりとワカメの生姜酢	ツナサラダ	海藻サラダ	トマトのマリネ	大根と水菜のゴマ和え	オクラと山芋のサラダ
お吸い物	フルーツ	豆腐の味噌汁	つゆ	中華スープ	かぼちゃの味噌汁
竹の子ご飯	ピラフ	御飯	ゆかり御飯	御飯	御飯

14日(日)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
白身フライ	肉団子の甘酢	魚と大根の煮付け	豚の生姜焼き	魚の西京焼き	ミートローフ
菜の花と油あげの煮物	青菜の中華炒め	キャベツの生姜炒め	ニラ玉	ナスとピーマンの炒め物	ポトフ
大豆サラダ	牛乳寒天	カリフラワーのカレー酢	マカロニサラダ	クラゲの酢の物	ゴマ和え
すまし汁	ワカメスープ	エノキの味噌汁	ナスの味噌汁	かき玉汁	すまし汁
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

20日(土)	21日(日)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)
魚のおろし煮	三色丼	魚の唐揚げ	ブルコギ風	オムレツ	魚の竜田揚げ
高菜炒め	揚げ出し豆腐	小松菜とちくわの炒め煮	高野豆腐の含め煮	厚揚げのエノキ煮	じゃこピーマン
ぬた和え	チンゲン菜のゴマ酢和え	大根の和風おかかマヨサラダ	春雨サラダ	キャベツときゅうりのゴマ油漬	桜エビの酢の物
豆腐の味噌汁	すまし汁	麩の味噌汁	中華スープ	コンソメスープ	さつま芋の味噌汁
御飯	フルーツ	御飯	御飯	御飯	御飯

26日(金)	27日(土)	28日(日)	29日(月)	30日(火)
牛肉と厚揚げの甘辛煮	魚のカレームニエル	鶏のこってり煮	魚のあんかけ	エビフライ
ブロッコリーのオリーブ炒め	お豆腐とひじきの煮物	じゃが芋明太	レンコンのきんぴら	ふろふき大根
もやしとハムのサラダ	はりはり漬	貝柱の酢の物	青菜と桜エビのお浸し	ポテトサラダ
ナスの味噌汁	すまし汁	すまし汁	オクラの味噌汁	しめじの味噌汁
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

商品の都合により、献立が変更することがあります。  
昼食は午後2時までにお召し上がりください。

(有)ゴールデン・エイジ・サービス  
TEL 255-2005