



2018年4月 献立表



■ご提供は祝祭日含む月～金曜日。土日は定休日となります。■

区分	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)
夕食	ごはん 豚肉のスタミナ焼き もやしの鮭和え 炊き合わせ 青菜ときこの炒め物	ごはん 黒ムツの照り焼き きのことツナのさつと煮 豆腐と豚肉の炒め物 いんげんと竹輪のごま和え	ごはん オイマヨチキン キャベツのおかか和え 里芋とさつまあげの煮物 白菜と油揚げの煮びたし	ごはん サバの味噌煮 青菜のおひたし じゃがいものそぼろあん もやしのねぎ塩炒め	ごはん 和風ハンバーグ ジャーマンポテト 海老と野菜の塩炒め 青菜と竹輪の煮びたし
合計	615kcal 塩2.5g	627kcal 塩2.6g	638kcal 塩2.4g	636kcal 塩2.5g	627kcal 塩2.5g
アレルギー等	小麦/にんにく	小麦	小麦/卵/乳	小麦	小麦/卵/乳/エビ
区分	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)
夕食	ごはん 白身魚のねぎソース キャベツのマスタード和え 炊き合わせ さつまいもサラダ	ごはん 鶏天タルタル 青菜の海苔和え チャブチェ ブロッコリーのごま和え	ごはん 銀ヒラスの照り焼き カリフラワーのおひたし かぼちゃのグラタン たけのこのきんぴら	ごはん ホイコーロー 海藻サラダ カニ玉野菜あんかけ 青菜の煮びたし	ごはん 鮭の塩焼き いんげんのツナマヨ和え 豚肉と野菜のピリ辛炒め さつま揚げと白菜の煮びたし
合計	611kcal 塩2.5g	583kcal 塩2.5g	613kcal 塩2.4g	578kcal 塩2.5g	589kcal 塩2.5g
アレルギー等	小麦/卵/乳	小麦/卵/乳/にんにく	小麦/卵/乳	小麦/卵/カニ	小麦/卵/乳
区分	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)
夕食	ごはん 鶏の唐揚げ 蓮根の和え物 豆腐と豚肉のチャンプルー かぼちゃサラダ	ごはん 赤魚の野菜あんかけ 青菜のナムル 手作りコロケ 切干大根の煮物	ごはん ロースカツ煮 かぼちゃの桜えび炒め ふろふき大根の柚子みそソース 春雨サラダ中華風	ごはん プリの山椒風味焼き えのきとワカメの酢の物 筑前煮 もやしの黒胡椒炒め	ごはん チンジャオロースー 青菜ときこの柚子ひたし たけのこの土佐煮 コールスロー
合計	658kcal 塩2.5g	555kcal 塩2.5g	588kcal 塩2.5g	618kcal 塩2.5g	580kcal 塩2.4g
アレルギー等	小麦/卵/乳	小麦/卵/乳	小麦/卵/乳/エビ	小麦	小麦/卵/乳/にんにく
区分	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)
夕食	ごはん カラスガレイの煮付け もやしとなめたけの和え物 ハムカツ ポテトサラダ	ごはん 豆腐ハンバーグ ワカメとツナの煮びたし 里芋のおかかまぶし しらたきのピリ辛炒め	ごはん メカジキの照り焼き 粉ふきいも 麻婆茄子 ひじきの煮物	ごはん 鶏肉のさっぱり焼き ワカメとねぎの酢みそ和え 海老チリソース 蓮根きんぴら	ごはん 海老フライ たけのこのバター醤油炒め 肉じゃが マカロニサラダ
合計	633kcal 塩2.4g	589kcal 塩2.5g	585kcal 塩2.5g	620kcal 塩2.6g	575kcal 塩2.4g
アレルギー等	小麦/卵/乳	小麦/卵/乳/にんにく	小麦/にんにく	小麦/卵/乳/エビ/にんにく	小麦/卵/乳/エビ
区分	30(月)	<ul style="list-style-type: none"> *お米は秋田県産「あきたこまち」を使用しております。 *すぐに召し上がれない場合は冷暗所に保存の上、当日中4時間以内にお召し上がり下さい。 *食材の関係により、献立変更がある場合がございます。 *キャンセルは前日18時までにご連絡ください。 			
夕食	ごはん 酢豚 青菜の鮭和え 炊き合わせ にんじんサラダ				
合計	558kcal 塩2.5g				
アレルギー等	小麦/卵/乳				

電話番号：03-6804-0570 (受付時間 月曜～金曜 9:30～18:00) FAX：03-6804-0446

