



令和6年 あじさい今週の献立



曜日	月日	朝食	昼食	夕食
日	1	高野豆腐とがんもの煮物 ごぼうサラダ 味付け海苔	三色丼 豆腐サラダ ムース	けんちん汁 サーモンフライタルタル添え
	14	ごはん・味噌汁	味噌汁	漬物 ごはん
月	1	タラ煮つけ 白菜のなめ茸和え	油淋鶏 春雨サラダ	おでん盛り合わせ もずく酢
	15	たいみそ ごはん・味噌汁	果物 ごはん・味噌汁	漬物 ごはん・味噌汁
火	1	さつま揚げ 竹の子土佐煮	あんかけ焼きそば 春巻き	じゃが芋とウインナーの炒め物 胡瓜とちくわのツナ和え
	16	大豆五目煮 ごはん・味噌汁	果物 スープ	漬物 ごはん・味噌汁
水	1	ホッケ漬け焼き 竹の子土佐煮	鶏の塩麴焼 長いものきんぴら	豆腐ソテーきのこあんかけ 南瓜コロッケ
	17	しそひじき ごはん・味噌汁	水羊羹 ごはん・味噌汁	漬物 ごはん・味噌汁
木	1	オムレツ ウインナー炒め	牛肉プルコギ風炒め もやしと人参のナムル	鰹と茄子の炊き合わせ 菜の花とアサリ酢味噌
	18	さつま芋サラダ ごはん・味噌汁	果物 ごはん・味噌汁	漬物 ごはん・味噌汁
金	1	鯖カレー煮 ほうれん草胡麻和え	天津飯 茄子味噌	鶏大根 芋団子
	19	納豆 ごはん・味噌汁	果物 スープ	漬物 ごはん・味噌汁
土	1	海鮮焼売 長芋とろろ	チキンピラフドリア ブロッコリーと豆のサラダ	肉じゃが 白身フライ
	20	ふりかけ ごはん・味噌汁	ゼリー スープ	漬物 ごはん・味噌汁



