

	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)	4月7日(日)		
昼食	ご飯 天ぷら盛り合わせ すまし汁 白菜・葱 茶碗蒸し 菜花の胡麻和え 624 kcal 桜もち 塩分 3.4g	わかめご飯 カレイの幽庵焼 味噌汁 厚揚げ・シメジ 五目豆煮 野菜サラダ 476 kcal オレンジ 塩分 4.1g	ゆかりご飯 1/2 焼きそば 中華風コーンスープ 蒸しシューマイ ブロッコリーサラダ 629 kcal 黄桃缶 塩分 4.0g	ご飯 チキン南蛮 味噌汁 キャベツ・エノキ 茄子のくず煮 もやしナムル 590 kcal 杏仁豆腐 塩分 3.1g	白ロールパン+リンゴジャム クリームシチュー 青梗菜と玉子のソテー カリフラワーサラダ フルーツカクテル 532 kcal 塩分 3.0g	ご飯 揚げ魚の甘酢あん 味噌汁 焼麩・ワカメ・葱 ｲｷﾎｰﾙとかぶの煮物 スパゲティサラダ 589 kcal バナナ 塩分 3.8g	ご飯 キャベツと豚肉の味噌炒め すまし汁 玉麩・カマボコ・エノキ さつま芋の甘煮 法蓮草の白和え 619 kcal みかん缶 塩分 4.0g		
昼食	4月8日(月) 親子丼 味噌汁 焼麩・ワカメ・葱 えびシューマイ マカロニサラダ オレンジ 590 kcal 塩分 3.6g	4月9日(火) ご飯 手作りコロツケ 味噌汁 モヤシ・絹サヤ 冬瓜のくず煮 和風サラダ 567 kcal フルーツカクテル 塩分 3.8g	4月10日(水) ご飯 おろしトンカツ 味噌汁 じゃが芋・油揚げ 金平蓮根 菜花のサラダ 647 kcal ヨーグルト和え 塩分 3.7g	4月11日(木) サラダ巻・いなり寿司 すまし汁 花麩・法蓮草 五目豆煮 茄子の味噌炒め 黄桃缶 542 kcal 塩分 3.7g	4月12日(金) ご飯 鮭のムニエル 味噌汁 玉麩・モヤシ・絹サヤ 南瓜の小倉煮 大根サラダ 613 kcal ぶどうゼリー 塩分 3.7g	4月13日(土) 菜飯ご飯 1/2 かき揚げそば 里芋のそぼろ煮 酢の物 胡瓜・カニカマ・ワカメ みかん缶 573 kcal 塩分 5.5g	4月14日(日) ご飯 かに玉甘酢あんかけ わかめスープ 厚揚げの生姜煮 野菜サラダ 555 kcal バナナ 塩分 2.9g		
昼食	4月15日(月) ご飯 ハンバーグ コーンポタージュ 酢の物 胡瓜・ワカメ・カニカマ スパゲティソテー 610 kcal 黄桃缶 塩分 4.1g	4月16日(火) サンドイッチ (玉子・ツナ) コンソメスープ チキンナゲット 野菜サラダ 485 kcal バナナ 塩分 3.1g	4月17日(水) ご飯 カレイの照焼 すまし汁 麩・玉葱・カマボコ 茶碗蒸し 法蓮草の白和え 424 kcal オレンジ 塩分 4.1g	4月18日(木) 三色丼 味噌汁 焼麩・ワカメ・葱 いか里芋 ごぼうサラダ ヨーグルト和え 540 kcal 塩分 4.2g	4月19日(金) ゆかりご飯 1/2 醤油ラーメン 焼きギョーザ ブロッコリーのツナ和え 杏仁豆腐 562 kcal 塩分 5.6g	4月20日(土) ご飯 豚肉の生姜焼き 味噌汁 ワカメ・油揚げ 焼茄子胡麻ドレッシング和え 焼きビーフン 677 kcal フルーツカクテル 塩分 3.6g	4月21日(日) ご飯 さばの塩焼き わかめスープ 菜花とイカの味噌和え 五目巾着の含め煮 622 kcal 黄桃缶 塩分 2.6g		
昼食	4月22日(月) ご飯 豆腐の肉味噌かけ すまし汁 花麩・玉葱・葱 野菜コロツケ 大根サラダ 548 kcal バナナ 塩分 3.9g	4月23日(火) ご飯 豚肉の角煮 きのこスープ 金時豆煮 マカロニサラダ 651 kcal ピーチゼリー 塩分 2.4g	4月24日(水) 散らし寿司 すまし汁 花麩・エノキ・葱 揚げ茄子の煮浸し インゲンの味噌和え みかん缶 412 kcal 塩分 3.8g	4月25日(木) 五目ご飯 鮭の柚子味噌焼き すまし汁 花麩・玉葱 厚焼玉子 トマトサラダ 506 kcal オレンジ 塩分 3.2g	4月26日(金) ご飯 チキンカツ かき玉汁 青梗菜の煮浸し 白菜の生姜和え 534 kcal 黄桃缶 塩分 3.4g	4月27日(土) ご飯 エビフライ 味噌汁 焼麩・油揚げ・葱 金平ごぼう ツナサラダ 648 kcal ヨーグルト和え 塩分 3.0g	4月28日(日) ご飯 味噌おでん すまし汁 花麩・玉葱 酢の物 胡瓜・カニカマ・人参 ひじきの煮物 533 kcal バナナ 塩分 5.1g		
昼食	4月29日(月) 焼きおにぎり 五目うどん 枝豆がんもの煮付 蒸し鶏の和風サラダ みかん缶 520 kcal 塩分 4.8g	4月30日(火) ねぎとろ・かじき丼 すまし汁 菜花・椎茸 茶碗蒸し ふろふき大根 黄桃缶 454 kcal 塩分 3.6g						<h1>サンヴェール大垣</h1> <h2>職員食4月献立表</h2>	