

【4月】小町(大)献立

★★ 配食のふれ愛の ★★

★★ おかずの特徴をご紹介します ★★

●皆様に飽きがこないよう、おかずの種類を数百種類以上取りそろえています。

●全てのおかずが熟練した調理員の手作りです。

●100%国内工場出荷ですので、安心・安全です。



高齢者向け配食サービス

配食のふれ愛

	昼食	夕食	昼食	夕食
4月1日	鶏肉のスパイス炒め	タラの西京焼き(45)	チキンカツ	白身魚(ホキ)の幽庵焼き(45)
4月2日	青菜のピーナッツ和え いわしつみれ炊き合せ	だし巻き玉子 リンゴ肉詰めフライ	大根のえびあんかけ 肉野菜煮込み	ツナマカロニサラダ 豚汁風煮
4月3日	ひじきとこんにゃくの炒め煮	えのきのおろし和え	豆サラダ	小松菜のかか和え
4月4日	白身魚(シルバー)のマリネ	豆腐ハンバーグ	ブリの照焼(50)	豚肉のオイスター炒め
4月5日	キャベツの塩炒め	パンパンジーサラダ(セパレート)	ひじき煮	カニ風味酢の物
4月6日	牛肉と大根の甘辛煮	じゃが芋としいたけの煮物	豚大根	黒豆がんと
4月7日	ワカメの青シソサラダ	インゲンの胡麻和え	梅春雨	柚子白和え
4月8日	豚キムチ	鮭の塩焼き(50)	ビーフカレー	ホッケの磯辺焼き
4月9日	フキと油揚げの炒り煮	青菜の彩り和え	和風サラダ(セパレート)	ブレンオムレツ
4月10日	親子煮	田舎煮	さつま芋の肉じゃが風	こんにゃくの中華和え
4月11日	きんぴら	キャベツのゆかり和え	福神漬け	
4月12日	サバの味噌煮	ミートオムレツ	サワラの西京焼(45)	煮込みハンバーグ
4月13日	五目巾着	ごぼうと蓮根の甘酢和え	黒酢入り春雨サラダ	野菜の三杯酢
4月14日	鶏肉の野菜あんかけ	カレー風味ソテ	おふくろ煮	ハムと玉葱の玉子とじ
4月15日	こんにゃくの辛味炒め	春菊のナムル	きのこのおひたし	白菜の辛子柚子和え
4月16日	チキンステーキ(醤油)	えび焼売	ホイコーロ	サバの照焼き(45)
4月17日	スパゲティサラダ	田舎なす	春菊のおひたし	豚ミンチとキャベツのカレーソテー
4月18日	海鮮しんじょの炊き合せ	麻婆豆腐	南瓜とじゃこの煮物	野菜のクリーム煮
4月19日	じゃこピーマン	筍の土佐煮	豆腐のかに風あんかけ	ごぼうのごまよごし
4月20日	野菜入りふわふわ豆腐あんかけ	豚肉としめじの味噌生姜炒め	アカウオの生姜煮(45)	肉団子のきのこあんかけ
4月21日	ピピンバ法蓮草	キャベツのレモン酢和え	フキのかか煮	さつま芋サラダ
4月22日	きのこのすき焼き煮	大豆のコンソメ煮	鶏ごぼう	和風ポトフ
4月23日	蓮根のカレー炒め	青菜と蒲鉾の和え物	法蓮草の菜種和え	青菜の磯辺和え
4月24日	アジのスパイス焼き(50)	中華丼	ポークチャップ	アジの胡麻風味噌焼き
4月25日	大根の生姜酢和え	にら饅頭	なめこ山菜和え	レンコンの梅和え
4月26日	茄子のそぼろ煮	法蓮草とハムのマリーネ	野菜つみれ炊き合せ	白菜とミンチの中華炒め
4月27日	インゲンと竹輪の和え物		若芽と蒲鉾の酢の物	ひじきサラダ

	昼食	夕食	昼食	夕食	昼食	夕食		
4月1日	白身魚(シルバー)の磯辺焼き(45)	牛しぐれ煮	4月1日	チキンカレー	アジの塩焼き(45)	4月1日	イタリアンオムレツ	牛肉とエリンギの炒め煮
5月1日	ビビンバソテー	コーンとツナのサラダ	2月2日	シーザーサラダ(セパレート)	白菜のかか和え	2月2日	法蓮草の磯辺和え	じゃが芋のコンソメ煮
5月9日	肉じゃが	豆腐と野菜の含め煮	2月9日	蕨と豚肉のチャンプルー	蕨と豚肉のチャンプルー	2月9日	彩りしんじょの炊き合せ(桜エビ)[4月~6月]	野菜炒め
5月10日	うぐいす豆	小松菜のおひたし	5月10日	福神漬け	南瓜サラダ	5月10日	白菜とさつま揚げの炒り菜	春菊のおかか和え
4月11日	塩ダレメンチ	黒メバルの生姜煮(45)	4月11日	サケの南蛮漬け(60)	ロールキャベツの炊き合せ	4月11日	チキンステーキ(塩)	アカウオの煮付
6月1日	菜の花のかか和え[2月~6月限定]	焼きそば	2月2日	三角いなり	切昆布と竹の子の煮物	3月3日	ナスとピーマンの味噌炒め	青菜と蒲鉾の和え物
6月6日	ほっこり煮合せ	ふんわり玉子のえびあんかけ	3月6日	野菜ソテー	ごぼうと竹輪の柳川風	3月6日	枝豆がんも	酢豚風炒め
6月10日	豆腐の柚子あんかけ	チンゲン菜の辛子和え	3月10日	チンゲン菜のツナ和え	れんこんの生姜炒め	3月10日	しろ菜の胡麻和え	さつま芋サラダ
4月11日	サワラのバター醤油焼き(45)	豚肉とタケノコの炒め煮	4月11日	豚肉の生姜焼き	サンマのしぐれ煮	4月11日		
7月1日	大豆のトマト煮	梅酢和え	2月2日	レンゴンのじゃこ煮	京合せ	7月1日		
7月7日	マーボーナス	じゃが芋の旨煮	4月4日	さつま芋の煮しめ	けんちん煮	7月7日		
7月10日	法蓮草のピーナッツ和え	もやしと小松菜のナムル	4月10日	中華ドレサラダ(セパレート)	春雨とハムのソテー	7月10日		
4月11日	鶏肉の味噌炒め	ハヤシオムレツ	4月11日	サワラの照焼	すき焼き風煮	4月11日		
8月1日	ひじきとさつま揚げの煮物	大豆大根	2月2日	バジルポテト	インゲンと竹輪の和え物	8月1日		
8月8日	煮合せ(里芋・がんも)	野菜のバジル炒め	5月5日	豆腐の肉そぼろあんかけ	野菜の甘酢炒め	8月8日		
8月10日	きやら露風	フルーツポンチ	5月10日	法蓮草とマグロフレークの和え物	ごぼうとベーコンのソテー	8月10日		
4月11日	太刀魚のスパイス焼き(45)	青椒肉絲	4月11日	あらびき肉団子	白身魚(ホキ)の梅香焼き(45)	4月11日		
9月1日	麩とえのきのさっと煮	焼き豆腐の煮奴	2月2日	白菜のレモン酢和え	小松菜の炒り菜	9月1日		
9月9日	さつま芋のそぼろ煮	ホダテ入り五目煮	6月6日	中華うま煮炒め	いり鶏	9月9日		
9月10日	和風スパゲティ	小松菜の柚子和え	6月10日	大根のカニあんかけ	筍の土佐煮	9月10日		
4月11日	チキン南蛮	ホッケの照焼き(45)	4月11日	サバのカレー煮(50)	栗かぼちゃコロッケ	4月11日		
2月1日	一夜漬け(キャベツ・人参)	大焼売	2月2日	ポテトサラダ	野菜の三杯酢	2月1日		
7月0日	茄子の味噌炒め	鶏じゃが	7月7日	高野の炊き合せ	豚肉の炒め煮	7月0日		
7月10日	ミニ豆腐サンド	法蓮草の胡麻和え	7月10日	チンゲン菜と干しエビの塩炒め	マーボー竹輪	7月10日		
4月11日	タラのおろし煮(45)	グリルハンバーグ	4月11日	豚肉のんにく味噌焼き	太刀魚の幽庵焼き(45)	4月11日		
2月1日	菜の花のおひたし[2月~6月限定]	小松菜の煮浸し	2月2日	大根の友禅和え	オクラの胡麻和え	2月1日		
8月1日	筑前煮	糸コンの五目炒め	8月8日	さつま芋の彩り煮	肉豆腐	8月1日		
8月10日	柚子ドレサラダ(セパレート)	ひじきの梅和え	8月10日	小松菜と揚げの煮浸し	かぼちゃソテー	8月10日		
土			土			土		

