

令和 6 年 4 月度 やっとかめ献立表

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
鶏と野菜の塩麴炒め 若竹煮 そら豆サラダ 味噌汁・いちご フレンチトースト	タラの五目野菜あんかけ 豆腐とアボカドの麴和え 五目ひじき 味噌汁・バナナ たこ焼き	ソイカツ 菜花と豚肉のからし和え 海老シュウマイ どさん子汁・キウイ 桜餅	ちらし寿司 塩昆布ポテサラ 豚バラとキャベツ煮 貝汁・オレンジ あんぱん	鮭の幽庵焼き 小松菜の玉子とじ 茄子のベーコン巻き 豚汁・りんご バナナ蒸しパン	鶏モモ味噌漬け焼き 菜花の酢味噌和え 五目ビーフン お吸い物・メロン マシュマロビスケット
8日(月) やっとかめ喫茶 カレイのムニエル エリンギと小松菜炒め キンピラごぼう ミネストローネ・マンゴー	9日(火) 和風ビビンバ 筍と高野豆腐煮 里芋の明太マヨ和え 味噌汁・苺 チョコ豆腐ケーキ	10日(水) チキン南蛮 スナッフエンドウの卵とじ 切干大根煮 味噌汁・洋梨 りんご蒸しパン	11日(木) 鱈の南蛮漬け 茄子のコチジャン炒め 小松菜のおかか和え 味噌汁・みかん みたらし団子	12日(金) キャベツとツナチャンプル ささ身と法蓮草塩和え カリフラの梅マヨ和え 味噌汁・バナナ 玉子サンド	13日(土) おやつ作り 赤魚の煮つけ チャプチェ 出し巻き玉子 豚汁・味飯・オレンジ
15日(月) 和風豆腐ハンバーグ 人参シリシリ 南瓜煮 玉葱スープ・パイン 黒糖蒸しパン	16日(火) 牛肉のオイスター炒め 小松菜とお揚げ煮 マカロニサラダ 味噌汁・黄桃 生クリームパウンドケーキ	17日(水) 海老と菜花のキッシュ 三つ葉とカニカマ山葵和え 茄子の揚げ煮 コーンスープ・キウイ 小倉サンド	18日(木) 高野と茄子の豚バラ巻き もやしのごま和え 春雨サラダ 味噌汁・白桃 プリン	19日(金) お誕生日会 お祝天ぷら 茶碗蒸し もずく酢 赤飯・お吸い物・メロン ロールケーキ	20日(土) 煮込みハンバーグ ポテトサラダ 法蓮草のお浸し 蕪のミルクスープ・パイン イチゴのパウンドケーキ
22日(月) アジフライ ナポリタンスパ 蒸し鶏のチョレギサラダ 豚汁・ヨーグルト たいやき	23日(火) チンジャオロース 玉葱のゆかり和え 筑前煮 中華スープ・杏仁豆腐 よもぎ白玉	24日(水) 野菜天ぷら エノキと法蓮草バター炒め 胡瓜と若芽の酢の物 味噌汁・りんご ブルーベリーマフィン	25日(木) 豚の生姜焼き キノコの白和え 大根の旨煮 味噌汁・キウイ ココア蒸しパン	26日(金) ホッケの塩焼 出し巻き玉子 ソーセージとブロッコリ炒め 貝汁・味飯・みかん なごやん	27日(土) カレイの黒酢餡掛け ささ身と胡瓜の和え物 青梗菜とがんと煮 けんちん汁・バナナ 珈琲ゼリー
29日(月)🌸 肉豆腐 新じゃがと人参の甘酢和え 海老と法蓮草バター炒め 味噌汁・メロン 大福	30日(火) 鮭のちゃんちゃん焼き エンドウの卵サラダ 肉団子とさつま芋クリーム煮 お吸い物・黄桃 レーズン蒸しパン	<p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">ぽかぽか陽気と美味しいご飯で幸せ気分！</p> 			