

グループホーム いほいの里 4月献立表 (後半分)

16	朝：ごはん・ひじき煮・フルカケ・味噌汁 昼：味噌ラーメン・トマトサラダ・春巻・ヨーグルト 木 夕：ごはん・焼魚・大根煮・もろぎゅう・清汁	24	朝：ごはん・ハムピカタ・のり佃煮・味噌汁 昼：焼そば・大豆サラダ・いんげん肉巻き ゼリー・清汁 金 夕：
17	朝：ごはん・魚焼・フリカケ・味噌汁 昼：ごはん・あんかけ餃子・カレー煮・ソテー 中華スープ 金 夕：ごはん・寿き煮・南瓜サラダ・しいたけあえ 味噌汁	25	朝： 昼：お休み 土 夕：
18	朝：ごはん・スクランブルエッグ・のり佃煮 味噌汁 昼：食パン(ジャム)・ムニエル・ハヤシ煮 プリン・牛乳・スープ 土 夕：	26	朝： 昼：お休み 日 夕：
19	朝： 昼：お休み 日 夕：	27	朝： 昼：ごはん・鶏のやわらか煮・いり玉子・わさびあえ 味噌汁 月 夕：ごはん・魚の柚子香焼・赤味噌煮・タルタル和え 清汁
20	朝： 昼：食パン(ジャム)・鶏の味噌チーズ焼き 大根サラダ・ゼリー・ジュース・ミルクスープ 月 夕：ごはん・ソーセージ炒め・からし煮・芋きんとん 味噌汁	28	朝：ごはん・味付ツナ・たいみそ・味噌汁 昼：食パン(ジャム)・魚のフライ・高野サラダ ゼリー・牛乳・スープ 火 夕：
21	朝：ごはん・和え物・味付け海苔・味噌汁 昼：きつねうどん・五色あえ・照焼・プリン 火 夕：ごはん・魚のゆかり揚・あえもの・大根煮 かき玉汁	29	朝： 昼：お休み 水 夕：
22	朝：ごはん・青菜煮・いりこみそ・味噌汁 昼：ごはん・豚肉のみぞれ煮・玉子とうふ・酢の物 味噌汁 水 夕：ごはん・麻婆豆腐・蒸し鶏・きのこ炒め スープ	30	朝： 昼：ごはん・鶏のパン粉焼・トマトクリーム煮 スープ 木 夕：ごはん・魚の高麗焼・ナムル・そぼろ炒め 味噌汁
23	朝：ごはん・魚の照焼・ねり梅・味噌汁 昼：食パン(ジャム)・クリームシチュー トマトサラダ・コーヒーゼリー・ジュース 木 夕：ごはん・アンサンブルエッグ・里芋煮・鶏うめ 味噌汁	赤 白 黄 緑 黒	肉類・マグロ・ニンジン・パプリカ(赤) ごはん・豆類・豆腐・玉ねぎ 卵・南瓜・納豆・パプリカ(黄) ピーマン・ニラ・小松菜 黒豆・黒ごま・海藻類

