

	昼食	夕食	昼食	夕食	昼食	夕食
4月15日	ホッケの照焼き(45) 四色なます 大焼売 鶏じゃが 法蓮草の胡麻和え エネルギー 452kcal 塩分 1.6g	チキン南蛮 一夜漬け(キャベツ・人参) 茄子の味噌炒め ミニ豆腐サンド エネルギー 505kcal 塩分 1.5g	栗かぼちゃコロッケ インゲン 野菜の三杯酢 豚肉の炒め煮 法蓮草の菜種和え エネルギー 490kcal 塩分 0.8g	サバのカレー煮(50) 人参マリネ ポテトサラダ 高野の炊き合せ チンゲン菜と干しエビの塩炒め エネルギー 567kcal 塩分 2.8g	4月15日 白身魚(メル)のバジル焼き(45) 梅ごぼう 大根サラダ(セパレート) ひじきと挽肉の炒め物 フルーツポンチ エネルギー 498kcal 塩分 2.8g	牛肉とエリンギの炒め煮 さつまいものレモン煮 ピーマン炒め じゃこピーマン エネルギー 479kcal 塩分 1.1g
4月16日	グリルハンバーグ シャトー人参 小松菜の煮浸し 糸コンの五目炒め ひじきの梅和え エネルギー 453kcal 塩分 1.6g	タラのおろし煮(45) 味もやし 菜の花のおひたし 筑前煮 柚子ドレサラダ(セパレート) エネルギー 406kcal 塩分 2.0g	4月16日 太刀魚の幽庵焼き(45) しば漬け オクラの胡麻和え 肉豆腐 かぼちゃソテー エネルギー 492kcal 塩分 2.4g	豚肉のにんにく味噌焼き 大根の生姜酢和え さつまいもの彩り煮 小松菜と揚げの煮浸し エネルギー 440kcal 塩分 1.2g	4月16日 肉団子の酢豚風 インゲンのかか和え 煮合せ(厚揚げ・人参・フキ) 昆布の佃煮 エネルギー 468kcal 塩分 2.3g	サワラの利休煮(45) 青菜の彩り和え 季節のしゅうまい(筍)[3~6月限定] 親子煮 うずら豆 エネルギー 545kcal 塩分 2.5g
4月17日	アジの塩焼き(45) 大根煮 白菜のかか和え 麩と豚肉のチャンプルー 切昆布と竹の子の煮物 エネルギー 456kcal 塩分 2.1g	牛丼 チンゲン菜の炒り菜 紅生姜 エネルギー 458kcal 塩分 3.8g	4月17日 鶏肉のチリソース炒め ジャーマンポテト 野菜炒め 豆腐の柚子あんかけ エネルギー 417kcal 塩分 1.5g	イタリアンオムレツ ビーマンソテー 法蓮草の磯辺和え 彩りんじの炊き合せ(桜エビ)[4月~6月] 白菜とさつまいもの炒り菜 エネルギー 449kcal 塩分 2.2g		
4月18日	ロールキャベツの炊き合せ 南瓜サラダ ごぼうと竹輪の柳川風 からし菜のゴマ炒め エネルギー 492kcal 塩分 1.8g	サケの南蛮漬け(60) 三角いなり 野菜ソテー 大根の友禅和え エネルギー 501kcal 塩分 1.4g	4月18日 アカウオの煮付 アスパラソテー 青菜と蒲鉾の和え物 酢豚風炒め さつまいもサラダ エネルギー 425kcal 塩分 1.5g	チキンステーキ(塩) バターコーン ナスとビーマンの味噌炒め 枝豆がんも しろ菜の胡麻和え エネルギー 530kcal 塩分 2.6g		
4月19日	まぐろハンバーグ 枝豆のおかか和え 京合せ 鶏肉と里芋のカレー煮 春雨とハムのソテー エネルギー 505kcal 塩分 3.3g	豚肉の生姜焼き レンコンのじゃこ煮 けんちん煮 中華ドレサラダ(セパレート) エネルギー 453kcal 塩分 1.5g	4月19日 照焼つくね きのこソテー マカロニサラダ 豚肉入り五目きんぴら 二色和え エネルギー 546kcal 塩分 2.1g	鮭大根(60) 四色豆腐 じゃが芋のナポリタン風 青菜のおひたし エネルギー 463kcal 塩分 1.6g		
4月20日	すき焼き風煮 インゲンと竹輪の和え物 野菜の甘酢炒め ごぼうとベーコンのソテー エネルギー 416kcal 塩分 1.4g	白身魚(ホキ)の梅香焼き(45) 花人参 バジルポテト 豆腐の肉そぼろあんかけ 法蓮草とマグロフレークの和え物 エネルギー 424kcal 塩分 1.5g	4月20日 かに焼売 人参煮(銀杏) だし巻き玉子 さつまいもの煮しめ 小松菜のナムル エネルギー 506kcal 塩分 2.0g	豚肉の中華風炒め 白菜の生姜和え 麻婆豆腐 ごま南瓜 エネルギー 423kcal 塩分 1.3g		
4月21日	サワラの照焼 金時煮豆 小松菜の炒り菜 いり鶏 マーボー竹輪 エネルギー 506kcal 塩分 1.7g	あらびき肉団子 フキの煮物 白菜のレモン酢和え 中華うま煮炒め 大根のカニあんかけ エネルギー 422kcal 塩分 1.3g	4月21日 チキンカレー シーザーサラダ 福神漬け エネルギー 439kcal 塩分 2.2g	グラタンカツ 法蓮草の柚子醤油和え 竹の子と人参のおかか煮 鮭じゃがバター きくらげの酢の物 エネルギー 499kcal 塩分 1.0g		

★追加注文・キャンセルなどの変更のご連絡は前日までにお願います。店員不在時は留守番電話にご伝言を残してください。