



東電パートナーズ
東電さわやかケアポートとしま・デイサービス
4月献立表



日	月 金	火 土	水	木	金	土
						1 鮭の胡麻味噌焼き 豚肉と野菜の味噌炒め 五目豆煮 小松菜の三色炒め 切干大根と胡瓜のサラダ 若竹汁 
						フレッシュいちごのカスタード焼き
2	3	x	5	6	7	8
	鯖の味噌煮 鶏とひじきのつくね焼き 長芋のおかか煮 炒り豆腐 キャベツ・わかめ・胡瓜の胡麻酢和え かき玉汁	メバルの煮付け チキンソテー トマトソース さつま芋と刻み昆布の煮物 海老とチンゲン菜の塩こうじ炒め 春雨サラダ 味噌汁	大海老フライ 鶏の卸し煮 あさりと菜の花のうま塩にんにく もやしのカレーソテー じゃが芋の胡麻和え 味噌汁	鮭の和風バター焼き チキンカレー キャベツのスープ煮 茄子とピーマンの味噌炒め カリフラワーとパプリカのピクルス 卵スープ	カラスガレイの梅風味焼き 筑前煮 小松菜の卵とじ 大根金平 タラモサラダ 味噌汁 	金目鯛の卸し煮 チンジャオロース 里芋の甘味噌かけ ひじきと豆腐の炒め物 菜の花のお浸し 清汁
	あんみつ	プリン	クレープ	フルーツポンチ	とろける杏仁豆腐 	今川焼き
9	10	11	12	13	14	15
	銀だらの胡麻味噌かけ 鶏の照り焼き ひじき煮 キャベツと卵の炒め物 ほうれん草とトマトのツナ和え 清汁	カラスガレイのミモザ焼き 若鶏菜の花巻き 豆腐のきのこあんかけ 山菜と春雨の炒め物 ブロッコリーのタラコマヨネーズかけ 味噌汁	鮭のホイル蒸し 豚肉の生姜焼き さつま芋の甘露煮 ごぼうの鶏そぼろ炒め ツナサラダ 味噌汁 	鯖の西京焼き 春巻き&焼売 かぶと油揚げの煮物 じゃが芋の炒め物 胡瓜とわかめとかにかまの酢の物 清汁	金目鯛のさらさ蒸し 鶏とかぶの治部煮 じゃが芋のカレー風味煮 茄子とピーマンの炒め物 小松菜のしらす和え 味噌汁	カラスガレイの照り焼き 鶏の野菜あんかけ 筍の土佐煮 ほうれん草のコーンソテー マカロニサラダ 味噌汁
	桜の二色ミルクプリン	ロールケーキ	桜あんの蒸しパン 	蒸しまんじゅう&京あられ	どら焼き	いちごババロア
16	17	18	19	20	21	22
	鯖のピリ辛焼き はんぺん肉詰め煮 小松菜と厚揚げの煮物 こんにゃくと筍の甘辛炒め もやしとえのきの和え物 味噌汁	鮭のマヨネーズ焼き 野菜たっぷり八宝菜 チンゲン菜のクリーム煮 冷やしキャベツの煮浸し 南瓜サラダ 味噌汁	カラスガレイの甘酢あんかけ ハンバーグ デミグラスソース じゃが芋のおかか煮 卵とチンゲン菜の炒め物 キャベツと大根のゆかり和え 味噌汁	鯖の桜色グリル すき焼き風煮 南瓜のそぼろあんかけ きんぴらごぼう ほうれん草としめじのお浸し 味噌汁 	カラスガレイの葱味噌焼き 豚肉の味噌漬け焼き 若竹煮 チンゲン菜と春雨の和え物 大根と帆立のサラダ 清汁	鮭の鍋照り焼き 大葉仕立て 鶏唐揚げと野菜の甘酢炒め 切干大根煮 もやし・わかめ・トマトのお浸し ポテトサラダ 味噌汁
	カスタードワッフル	お麩入り桜ぜんざい	抹茶ババロア	桜の水ようかん 	フルーチェストロベリー	白こしあんまんじゅう
23	24	25	26	27	28	29
	カラスガレイの葱風味焼き 三色丼 南瓜煮 もやしとにらの炒め物 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁 	金目鯛の煮付け 鶏のパン粉焼き れんこんの炒め物 山菜のみぞれ和え ブロッコリーと卵のサラダ 味噌汁	筍ご飯 鯖の煮付け 鶏の葱味噌焼き だし巻き玉子 大根卸し添え ブロッコリーと海老の炒め物 かぶの梅おかか和え 清汁	めかじきの竜田揚げ 肉じゃが ふきの煮物 にらとタラコの炒め物 ほうれん草の白和え 味噌汁	鮭の生姜焼き 鶏の中華風鍋照り焼き 大根とさつま揚げの煮物 アスパラと海老の炒め物 菜の花と筍のつぶ胡麻和え 味噌汁	赤飯(北海道大納言小豆使用) 鮭の揚げ卸し煮 お誕生日会 鶏ももの角煮 がんもと里芋の煮物 茶碗蒸し フルーツ盛り合わせ 清汁 
	フルーツ牛乳寒天 	ホットケーキ	カルピスゼリー	あんパン	抹茶水ようかん	ショートケーキ&紅茶 
30				<div style="border: 2px solid gray; border-radius: 50%; padding: 20px; text-align: center;"> <p>ご家庭で、実は小さく切って食べています、などございましたら ご遠慮なくお申し付けください。 こちらでも刻むなどの対応をさせていただきます。</p> </div>		

※食材の都合で献立を変更する場合がありますが、ご了承ください