

H29年 4月 水仙の家 献立予定表

お知らせ…当法人監修「健康レシピ集～カルシウム編～」を1冊200円で好評発売中です。



月	火	水	木	金	土
丹 …丹波自家菜園の無農薬ヤーコン、たくあん、梅を使用しています 旬 …旬の食材を使用しています レ …レシピ集からのメニューです ※ 契約農家から直接仕入れた低農薬の米を使用しています ※ 食材仕入れの関係でメニューを変更することがあります					1
					日替わりメニュー
3	4	5	6	7	8
丹 梅じゃこごはん 旬 若竹煮 旬 春野菜と小えびのかき揚げ 赤だし	旬 山菜ちらし寿司 レ ごま豆腐 旬 すまし汁(筍) いちご	タンドリーチキン (春雨サラダ、トマト添え) レ ひじきのカルシウム煮 スープ ごはん	旬 鯖の柚あん焼き わけぎの酢みそ和え かき卵汁 古代米ごはん	天ぷらの盛合せ かぼちゃのいとこ煮 旬 新玉ねぎのみそ汁 漬物	日替わり メニュー
10	11	12	13	14	15
サーモンのムニエル 旬 (春キャベツ、ブロッコリのポテトサラダ添え) 丹 ヤーコンのオイスター炒め みそ汁 ごはん	チキンカレー 温野菜サラダ レ ミルクスープ フルーツ	旬 鯖の西京焼き 旬 (春キャベツの梅マヨ添え) 千切大根 半田そうめん汁 わかめごはん	旬 肉じゃが <small>(新じゃがが使用)</small> きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁 ごはん 漬物	旬 筍 <small>(たけ)</small> トンボ 卵の花 赤だし ごはん	日替わり メニュー
17	18	19	20	21	22
かやくごはん 豚バラ大根 ミニあんかけ豆腐 かき卵汁 漬物	カレイのフライ (マッシュポテト、人参梅煮添え) 旬 新玉ねぎのみそ汁 ごはん 佃煮	麻婆なす チンゲン菜のおひたし わかめスープ ごはん	旬 筍ごはん かぶと厚揚げのそぼろあん だし巻き卵 すまし汁	鶏肉のきのこあん 旬 小松菜のしらす煮 旬 新じゃがのみそ汁 ごはん	日替わり メニュー
24	25	26	27	28	29
エビフライ (ナポリタン、ブロッコリ、トマト添え) 卵スープ ごはん 佃煮 フルーツ	肉豆腐 きゅうりの酢の物 みそ汁 ごはん	サーモンの南蛮漬け 丹 ポテトサラダ(たくあん入り) レ 小松菜の中華スープ ごはん フルーツ	豚肉と玉ねぎの卵とじ キャベツの甘酢和え みそ汁 ごはん	鯖の煮つけ 千草蒸し あおさ汁 ごはん	