

4月らくっく39献立表

	1日(月曜)	2日(火曜)	3日(水曜)	4日(木曜)	5日(金曜)	6日(土曜)	
朝食	玉子焼き 五目卵の花	五目巾着煮 白菜かまぼこお浸し	絹厚揚げ たまごあん インゲン明太マヨ和え	いわしつみれ ほうれん草きのこ和え	豆腐の中華煮 白菜梅風味和え	かぼちゃそぼろ煮 キャベツわさびお浸し	
昼食	カレイムニエル トマトソース コールスローサラダ ピーナッツ和え	肉うどん 炊き合わせ 青菜ツナ和え	鶏肉 ねぎポン酢 キャベツ磯辺和え かぼちゃサラダ	サバ香味ソース チンゲン菜ちくわ和え ポテトサラダ	クリームコロッケ ナポリタン たまねぎマリネ	鶏肉 てりやきソース 青菜コンソメ煮 春雨ナムル風	
夕食	豚肉生姜炒め ブロッコリーおかか和え 焼豆腐きのこあん	さわら 山椒風味あん 切干大根煮 里芋ごま和え	豆腐ステーキ そぼろあん 春雨サラダ きんぴらごぼう	豚焼肉風炒め ブロッコリー昆布和え 大根かにかまあん	オムレツ カレーソース シーザードレ和え バジルチーズペンネ	ホキ磯辺焼き 切干マヨサラダ 根菜味噌煮	
	7日(日曜)	8日(月曜)	9日(火曜)	10日(水曜)	11日(木曜)	12日(金曜)	
朝食	スクランブルエッグ 白菜ポン酢和え	里芋ツナ煮物 ほうれん草めんつゆ和え	かにつみれ ひじき大豆煮	ふんわり野菜豆腐 インゲンおかか和え	高野豆腐卵とじ 白菜ゆかり和え	鶏ごぼういなり 切干磯辺和え	
昼食	赤魚 バター醤油風味 ごぼう甘辛煮 オクラのごま和え	豚肉塩だれ炒め 長いも梅肉和え インゲン煮浸し	オムレツ ミートソース マカロニサラダ 野菜炒め	きつねそば 炊き合わせ キャベツ塩昆布和え	ハンバーグ おろしソース きのこパスタ 青菜ツナ和え	豆腐ナゲット パーベキューソース じゃが芋コンクリーム煮 インゲンツナ和え	サバ生姜風味焼き きんぴられんこん 青菜めんつゆ和え
夕食	肉団子 甘酢野菜あん さつまいもサラダ 花型お好み焼き	野菜と豆腐ナゲット マ スタードソース カルボナーラペンネ 花野菜チーズ和え	カレイ煮付け風 あんかけ 豆腐中華和え 青菜そぼろ煮	鶏肉 明太マヨソース ジャーマンポテト風 枝豆白和え	えびカツ タルタルソース 春雨酢の物 ブロッコリーひじき和え	豚肉みそ炒め煮 餃子野菜あん 小松菜辛し和え	オムレツ かに玉風 ブロッコリーごま和え しゅうまい
	14日(日曜)	15日(月曜)	16日(火曜)	17日(水曜)	18日(木曜)	19日(金曜)	
朝食	れんこんつくね ごぼうサラダ	豆乳がんと 野菜あん 大根ナムル風	高野豆腐味噌煮 キャベツ梅風味和え	大根そぼろ甘辛煮 ほうれん草煮浸し	じゃが芋ソーセージ 洋風煮 コールスローサラダ	ミートボール 白菜きのこ和え	
昼食	ひき肉 トマトカレー カリフラワーポン酢和え 青りんごゼリー	メバル照り焼き 青菜かにかま和え 切昆布大豆	鶏肉 デミソース 花野菜サラダ さつまいもバター醤油	豆腐ステーキ ねぎ生姜あん 揚げ茄子味噌和え インゲンごま和え	鶏肉 ハニーマスタード カリフラワーカレー炒め チンゲン菜ピーナッツ和え	豆腐野菜ナゲット オーロラソース ブロッコリー白だし煮 マカロニサラダ	カレーパン粉焼き 春雨塩だれ炒め じゃが芋マスタード煮
夕食	赤魚粕漬け 大判キャベツ焼き オクラわさびサラダ	すき焼きコロッケ 春雨辛しマヨサラダ 白菜おかか和え	ホキ野菜あんかけ かぼちゃサラダ 切干大根煮	ポークケチャップ ピーンズマリネ 白菜ツナ和え	オムレツ ホワイトソース トマトペンネ コンソメ炒め	アジ ポン酢野菜あん 切干ひじきサラダ インゲン甘辛煮	豚肉 オイスター炒め煮 五目卵の花 キャベツ辛し和え
	21日(日曜)	22日(月曜)	23日(火曜)	24日(水曜)	25日(木曜)	26日(金曜)	
朝食	ふんわり野菜豆腐 白菜煮浸し	肉団子 ポトフ風 シーザードレ和え	高野豆腐五目煮 切干ポン酢和え	ツナじゃが ひじき煮	玉子焼き 大根酢の物	肉詰めいなり 青菜かまぼこ煮浸し	
昼食	ハンバーグ てりやきソース 青菜醤油バター炒め カリフラワーゆかり和え	サバ生姜風味焼き 絹厚揚げねぎあん 青菜炒り卵和え	味噌ラーメン しゅうまい 野菜炒め	ホキ中華あん チンゲン菜ごま和え 春雨ナムル風	鶏肉 ポン酢だれ インゲン煮浸し 長いもおかか和え	オムレツ トマトソース 花野菜コーン ジャーマンポテト風	ロールキャベツ きのこソース 和風パスタ ピーンズサラダ
夕食	さわらマヨ焼き なすの煮物 インゲンツナ和え	鶏肉 カレーソース さつま芋ミックス豆サラダ にんじんきんぴら風	マスムニエル タルタルソース 小松菜白和え ごぼう甘辛煮	豚肉甘辛煮 白菜磯辺和え ブロッコリーかにかま和え	豆腐ステーキ 野菜あん かぼちゃサラダ キャベツ塩昆布和え	豚バラ大根風 白菜辛し和え 大豆五目煮	カレイ 七味風味焼き 小松菜ちくわ和え 揚げ茄子みぞれあん
	28日(日曜)	29日(月曜)	30日(火曜)	<div style="border: 2px solid green; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>* 変更は3日前の15時まででお願いします。</p> <p>* 仕入れの都合により献立内容が変更する場合があります。</p>  </div>			
朝食	ミートボール 野菜炒め	野菜さつま揚げ煮物 炒り豆腐風	麩の卵とじ キャベツ明太マヨ和え				
昼食	赤魚西京焼き 切干大根煮 カリフラワー昆布和え	ひき肉 野菜カレー 白菜ごま和え ムース	サバ味噌焼き ほうれん草コーン 長いも梅肉和え				
夕食	鶏肉 オーロラソース じゃが芋コンクリーム煮 青菜ポン酢和え	さわら照り焼き きのこ炒め物 インゲンおひたし	豆腐ナゲット パーベキューソース シーザードレ和え かぼちゃ煮物				

は、新しい献立です。

株式会社 フードシステム TEL : 076-452-6111