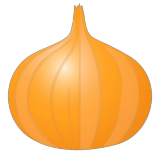


# 今月の menu 4月の献立

## 旬の食べ物 新たまねぎ



春に収穫される白いたまねぎ。通年出回る茶色のたまねぎと比べてやわらかく、みずみずしい。辛味も少ないので薄くスライスするなどしてそのまま生で食べると栄養を丸ごと取り込めます。

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
肉じゃが 切干大根煮つけ キャベツ梅あえ	チキン南蛮 かぼちゃ煮つけ もずく酢の物	豚の生姜焼き 大豆五目煮 ほうれん草 胡麻和え	ピラフ 鶏の照り焼き コールスロー サラダ 果物	和風ハンバーグ 白菜とあげの 煮つけ ポテトサラダ	アジの竜田揚げ 里芋の そぼろあん 小松菜の おかか和え
8	9	10	11	12	13
たけのこご飯 鱈の 野菜あんかけ 大根と あげの煮つけ ブロッコリー-サラダ	きつねうどん 大根のそぼろ煮 煮豆 果物	さばの味噌煮 筑前煮 キャベツ梅和え	煮込みハンバー グ さつまいも甘煮 ほうれん草の お浸し	三色丼 がんもと 野菜煮つけ 白菜おかか和え	肉団子甘酢あん かけ 切干大根煮つけ きゅうりとわかめ の酢の物
15	16	17	18	19	20
鮭の塩こうじ焼き ひじきの煮つけ ポテトサラダ	鶏の照り焼き 大豆水煮 ブロッコリー サラダ	たけのこご飯 おでん ほうれん草お浸し 煮豆	鮭のムニエル 里芋そぼろ煮 マニースラダ	アジの香り揚げ 筑前煮 きゅうりとわかめ の酢の物	野菜の天ぷら 大根のそぼろ煮 白菜お浸し
22	23	24	25	26	27
豚肉生姜焼き かぼちゃ煮つけ ほうれん草の おかか和え	鶏肉つくね 大根と 白菜の煮つけ いんげん胡麻和え	親子丼 かぼちゃ煮つけ キャベツの梅和え	きつねうどん 大根のそぼろ煮 煮豆 果物	鮭の照り焼き 里芋と鶏肉煮つけ もやしとハム のサラダ	鱈の南蛮漬け かぼちゃの そぼろあんかけ ブロッコリー サラダ
29 昭和の日	30				
ちらし寿司 野菜の天ぷら 煮豆 果物	さつまいもと 豚肉の甘辛焼き 切干大根煮つけ かぼちゃサラダ				

※献立は当日の仕入れ状況により変更になる場合があります。ご了承いた

※上記にごはんとみそ汁が付きます。



デイサービスセンターみねのさと [www.minenosato.com](http://www.minenosato.com)

みねのさと

検索

〒651-1302 神戸市北区藤原台中町2丁目2番3号 TEL 078-987-0128 FAX 078-987-0709