



# 2024年 4月 献立表

よこはまりバーサイド泉Ⅲのぞみ・ひまわり

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
日付	1日	2日	3日	4日	5日
昼食	海鮮うま煮丼(白菜) キャベツとわかめのナムル風サラダ 桃入りサイダーゼリー 中華スープ(かぶ)	ご飯 鱈の菜種焼き 小松菜の辛し和え 豚汁	フレンチトースト 鶏肉のチリコンカン さつま芋のヨーグルトサラダ スープ(大根)	<b>カレーそば</b> <b>かぼちゃのミルクバター煮</b> コーヒゼリー	ご飯 厚揚げの中華炒め キャベツと竹輪のごま酢和え 味噌汁(チンゲン菜)
カロリー/塩分	602 kcal/2.2 g	601 kcal/1.7 g	607 kcal/2.8 g	603 kcal/2.3 g	601 kcal/2.3 g
日付	8日	9日	10日	11日	12日
昼食	ご飯 牛すき煮 ほうれん草のわさび和え 味噌汁(里芋)	春キャベツとシラスのペペロンチーノ チキンサラダ(レタス) 黄桃・みかん缶 スープ(アスパラ)	ご飯 カレイの唐揚げ野菜あんかけ ポテトサラダ 味噌汁(油揚げ)	ビビンバ丼 コーンサラダ プリン カラメルソースかけ 中華スープ(豆腐)	パン ビーフシチュー かぼちゃババロア スープ(レタス)
カロリー/塩分	601 kcal/2.3 g	601 kcal/2.6 g	603 kcal/2.1 g	603 kcal/2.4 g	600 kcal/3.2 g
日付	15日	16日	17日	18日	19日
昼食	ご飯 豚肉の生姜焼き かぼちゃサラダ 白菜とコーンのとろみスープ	<b>キーマカレー</b> 生野菜サラダ ピーチムース スープ(キャベツ)	きつねうどん 甘辛揚げじゃがいも <b>菜の花の辛子マヨ和え</b> 抹茶ババロア 小豆ソースかけ	パン かぼちゃと枝豆のオムレツ りんごのコンポート コンソメスープ(じゃが芋)	たけのご飯 ブリの照り焼き きゅうりのごま醤油和え 味噌汁(さつまいも)
カロリー/塩分	600 kcal/2.4 g	602 kcal/2.6 g	602 kcal/3.3 g	604 kcal/2.3 g	604 kcal/2.4 g
日付	22日	23日	24日	25日	26日
昼食	パン 白身魚のフライ マスカットゼリー じゃがいもポターージュ	ご飯 鶏の照り焼き マカロニサラダ 味噌汁(わかめ)	そばろ丼 小松菜のわさび和え 水ようかん 味噌汁(人参)	ご飯 油淋鶏 ナムル 中華スープ(卵)	焼きうどん 大学芋 切干大根の中華サラダ チンゲン菜のミルクスープ
カロリー/塩分	607 kcal/3.0 g	605 kcal/2.3 g	608 kcal/2.7 g	602 kcal/2.0 g	600 kcal/2.3 g
日付	29日	30日			
昼食	<昭和の日> タンメン 春巻き パインムース	<b>サンドイッチ(ジャム)</b> から揚げ& <b>フライドポテト</b> フルーツヨーグルト 野菜たっぷりスープ			
カロリー/塩分	602 kcal/3.2 g	602 kcal/2.5 g			

仕入れ等の都合により献立を変更する場合がございますのでご了承ください。・太字は新メニュー&リクエストメニューになります