

令和6年4月

(前半)


名東パラダイス献立表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	ごはん 豚肉のピカタ 人参の甘煮 あさりとキャベツの酒蒸し 味噌汁 香の物	ごはん 豚肉のピカタ 人参の甘煮 あさりとキャベツの酒蒸し 味噌汁 香の物	ごはん 塩鮭 金平ごぼう煮 きゅうりのごま酢和え 味噌汁 香の物	ごはん 塩鮭 金平ごぼう煮 きゅうりのごま酢和え 味噌汁 香の物	ごはん 肉団子の甘辛煮 ブロッコリーの和え物 すまし汁 香の物	ごはん 肉団子の甘辛煮 ブロッコリーの和え物 すまし汁 香の物
7	8	9	10	11	12	13
	ごはん 鯖の香り揚げ 人参のマリネ 味噌汁 香の物	ごはん 鯖の香り揚げ 人参のマリネ 味噌汁 香の物	赤飯 赤魚の煮付け うどの酢味噌和え 長芋の白煮 吸い物 果物	赤飯 赤魚の煮付け うどの酢味噌和え 長芋の白煮 吸い物 果物	筍ごはん 菜の花とささみの天ぷら きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁 果物	筍ごはん 菜の花とささみの天ぷら きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁 果物
14	15	16	17	18	19	20
	ふきご飯 きゅうりと長芋の酢の物 高野豆腐の煮物 豚汁 果物	ふきご飯 きゅうりと長芋の酢の物 高野豆腐の煮物 豚汁 果物	ごはん 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ 味噌汁 香の物	ごはん 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ 味噌汁 香の物	ごはん 鯖の照り焼き ふきと厚揚げの煮物 味噌汁 香の物	ごはん 鯖の照り焼き ふきと厚揚げの煮物 味噌汁 香の物

令和6年4月

(後半)

名東パラダイス献立表

日	月	火	水	木	金	土
21	22	23	24	25	26	27
	ごはん 鶏のねぎソース わかめの酢の物 ニラ玉スープ 香の物 果物	ごはん 鶏のねぎソース わかめの酢の物 ニラ玉スープ 香の物 果物	ごはん 魚の野菜あんかけ 新じゃがのおかか和え 味噌汁 香の物	ごはん 魚の野菜あんかけ 新じゃがのおかか和え 味噌汁 香の物	ごはん ソースかつ マカロニサラダ 味噌汁 香の物	ごはん ソースかつ マカロニサラダ 味噌汁 香の物
28	29	30				
	菜飯 豆腐田楽 筍のおかか煮 きゅうりとしらすの酢の物 すまし汁	菜飯 豆腐田楽 筍のおかか煮 きゅうりとしらすの酢の物 すまし汁				
		<p>春の訪れを告げる『ふき』。ふきはほとんどが水分ですが血圧の上昇を抑える作用があり、高血圧やむくみの予防に効果が期待できます。 パラダイスのふき料理で特有の味と香りをお楽しみください。</p>				

※食材や献立が都合により変わる場合がございます。ご了承下さい。