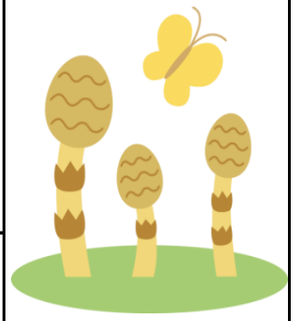
ミライプロジェクト新瑞橋　令和3年4月　献立表（前半）

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
・選択メニューには副菜等も含まれます。 ・メニューは変更となる場合があります。		定食	ご飯 サバの味噌煮 揚げナスの煮浸し お吸い物 584kcal	ご飯 ビーフハンバーグ 野菜のコンソメ煮 味噌汁 557kcal	ご飯 鶏肉の香味ソース ポテトサラダ 味噌汁 456kcal
		選択食	豚しょうが焼き丼	きつねうどん（温）	焼きうどん
5	6	7	8	9	10
ご飯 チキンのオーブン焼き 青菜の煮浸し 味噌汁 467kcal	ご飯 さんまの蒲焼き ぜんまい煮 味噌汁 488kcal	カレーライス 豆のヘルシーサラダ 味噌汁 642kcal	ご飯 ネギ塩豚ロース焼き 筍とツナの煮物 味噌汁 471kcal	ご飯 お魚色々 おかず小鉢 味噌汁 396kcal	ご飯 白身魚の野菜あんかけ 白和え 味噌汁 430kcal
揚げ玉豆腐丼	ミートスパゲティ	鶏そば（温）	ソース焼きそば	味噌だれチキン丼	牛焼肉丼

ミライプロジェクト新瑞橋　令和3年4月　献立表（後半）

月	火	水	木	金	土
12	13	14	15	16	17
ご飯 ビーフシチュー オニオンコールスロー 味噌汁 664kcal	三色丼 黒酢入り春雨サラダ 味噌汁 559kcal	ご飯 タラの塩麹焼き ごぼうサラダ 味噌汁 484kcal	ご飯 お魚色々 おかず小鉢 味噌汁 420kcal	五目ご飯 ホッケの塩焼き ちくわと昆布の煮物 味噌汁 395kcal	ご飯 赤魚の煮付け モロヘイヤのごま和え 味噌汁 496kcal
きのことじそば（温）	玉子とじうどん（温）	唐揚げタルタル丼	カレーうどん（温）	イタリアンスパゲティ	マーボー豆腐丼
19	20	21	22	23	24
ご飯 鮭の塩焼き 鶏肉のすき煮 味噌汁 429kcal	ご飯 デミグラスハンバーグ オクラと山芋のサラダ 味噌汁 484kcal	ご飯 味噌だれチキン キャベツの酢の物 お吸い物 453kcal	ご飯 サンマのみぞれ煮 ガンモ・フキの含め煮 味噌汁 429kcal	ご飯 鶏の照り焼き ひじき煮 味噌汁 471kcal	ご飯 スコッチエッグ カブとブロッコリーのクリーム煮 オニオンコンソメスープ 468kcal
カレーライス	揚げ玉豆腐丼	ミートスパゲティ	ハヤシライス	きのこあんかけうどん（温）	鶏そば（温）
26	27	28	29	30	
ご飯 ブリの生姜煮 筑前煮 味噌汁 496kcal	ご飯 白身魚のフリッター 青菜の煮浸し 味噌汁 496kcal	ご飯 いわしの生姜煮 白和え 味噌汁 415kcal	ご飯 牛焼肉 野菜のコンソメ煮 味噌汁 432kcal	ご飯 豆腐ローフ フキと筍の塩きんぴら 味噌汁 464kcal	
焼きうどん	マーボー茄子丼	牛丼	イタリアンスパゲティ	豚しょうが焼き丼	