さんえず　4月献立予定表（夕）

日	月	火	水	木	金	土
			1 いわしの山椒煮 みずくわいの中華炒め キャベツとコーンのお浸し	2 八宝菜 チリ豆腐 キャベツの沢庵和え	3 メヌケの中華風 野菜と麩の含め煮 五目豆	4 鶏むねの唐揚げ 白菜の旨煮 切干大根のハニーピクルス
5 ソウダガツオの旨塩焼き 南瓜そぼろあん 瓜と高菜の南蛮風	6 牛肉とごぼうの柳川風 高野豆腐の野菜餡かけ ほうれん草お浸し	7 いわしの甘露煮 わらびのお浸し 山形だし	8 ふっくら豆腐ハンバーグ 南瓜の含め煮 わかめと玉葱の甘酢和え	9 いわしの黒酢煮 肉じゃが インゲンの黒胡麻和え	10 野菜入りコロッケ ラタトゥイユ キャベツのレモンマリネ	11 タラの甘酢あん ごぼうとさつま揚げの金平 小松菜とお麩のお浸し
12 ロールキャベツトマトソース シェルマカロニサラダ キャロットラペ	13 銀ひらすの酒粕焼き 茄子の吉野煮 粒マスタード入りポテトサラダ	14 大根と鶏肉の旨煮 野菜のバジル炒め ワカメの青じそサラダ	15 ブリの甘酢あんかけ 餡かけがんもどき 白菜と若布の生姜和え	16 肉じゃが キャベツと薄揚げの煮浸し スパゲティサラダ	17 サワラの西京焼き 豚肉と野菜の炒め物 ほうれん草と大豆のごま和え	18 豚肉と3種の野菜塩炒め さつま揚げと豆腐千の中華餡 小松菜のおろし和え
19 さばの赤味噌煮 枝豆の真丈 高菜の和え物	20 春雨と豚肉のしょうゆ炒め 厚揚げの白だし煮 豆ひじき	21 ホッケの塩焼き 白菜のうま煮 生姜のおかか和え	22 筑前煮 じゃが芋のクリーム煮 キャベツと油揚げの煮浸し	23 あじの漬け焼き胡麻風味 キャベツと薄揚げの煮浸し スパゲティサラダ	24 厚揚げの煮物 キャベツと鶏肉の華風炒め ほうれん草の磯部和え	25 あぶらカレイの照り煮 治部煮風 油揚げと切干大根煮
26 牛肉と豆腐の卵とじ マッシュポテト チーズ入り磯部かまぼこ	27 いわしの生姜煮 チンゲン菜と豚肉の炒め キャベツのごま和え	28 麻婆豆腐 野沢菜炒め 茎ワカメのマヨ和え	29 さばの塩焼き じゃが芋のそぼろ餡かけ バターコーン	30 鶏肉ときのこのガーリック風味 カリフラワーのマスタード和え キュウリのレモンマリネ		

お問合せ：0587-50-5530　まで　　**※献立予定は予告なく変更させて頂くことがございます**