

申し訳ありません。3月の献立表に不備がありました。
3月31日（月）の献立が載っていませんでした。
ごはん、みそ汁、鶏肉の竜田揚げ、菜の花の白和え、漬物
632キロカロリーです。



ほどがや地域活動ホームゆめ

日	月	火	水	木	金	土
		2025/04/01	2025/04/02	2025/04/03	2025/04/04	2025/04/05
		ごはん 中華スープ 回鍋肉 焼きビーフン ミルージュ 584kcal	ごはん 味噌汁 さばの味噌煮 菜の花と卵のマヨサラダ 白菜浅漬け 657kcal	ごはん 味噌汁 白身魚フライ 高野豆腐とひき肉の味噌炒め 大学芋風 762kcal	ごはん 味噌汁 豚肉の生姜焼き 大根サラダ ヨーグルト 677kcal	ごはん 清汁 鶏肉の粕漬マヨ焼き 春キャベツと厚揚げの味噌煮 和菓子 694kcal
	2025/04/07	2025/04/08	2025/04/09	2025/04/10	2025/04/11	2025/04/12
休み	ミートソーススパゲティ コンソメスープ レタスコーンサラダ フルーチェ 640kcal	あんかけたまごチャーハン 水餃子スープ かぼちゃサラダ 杏仁豆腐 634kcal	ごはん スープ タンドリーチキン マカロニサラダ 白菜のお浸し 593kcal	たけのごこ飯 清汁 豚肉の塩ダレ焼き ほうれん草グラタン みかんヨーグルト 659kcal	ごはん 中華スープ マーボー豆腐 ひじきとごぼうサラダ 漬物 662kcal	ごはん 清汁 さばのネギみそ焼き 肉団子てりやき きゅうりのごま酢和え 656kcal
	2025/04/14	2025/04/15	2025/04/16	2025/04/17	2025/04/18	2025/04/19
休み	カレーライス スープ 福神漬 ツナサラダ ミルージュ 674kcal	ごはん 味噌汁 鮭のチーズムニエル 南瓜のそぼろあんかけ 漬物 605kcal	ごはん コンソメスープ 鶏肉のトマト煮込み 春キャベツソテー ヨーグルト 625kcal	三色丼 (そぼろ・卵・オクラ) 味噌汁 みかん・サイと竹の中華和え 里芋の煮物 601kcal	ごはん 清汁 豚肉となすの味噌炒め いり豆腐 みかん缶 784kcal	ごはん 味噌汁 揚げ魚の甘酢あん パプリカの菜種和え マカロニサラダ 731kcal
	2025/04/21	2025/04/22	2025/04/23	2025/04/24	2025/04/25	2025/04/26
休み	ごはん 中華スープ 豚肉のプルコギ風 もやしのナムル 桃ヨーグルト 707kcal	ごはん 味噌汁 甘辛揚げチキン マカロニひじきサラダ 漬物 678kcal	ちゃんぽん風うどん わかめ御飯 ポテトサラダ ミルージュ 661kcal	ごはん 中華スープ 青椒肉絲 肉焼売 中華サラダ 593kcal	ご飯 味噌汁 赤魚の煮つけ 卵とパプリカの中華炒め ふりかけ 667kcal	ごはん コンソメスープ ハンバーグクリームソース かぼちゃサラダ おくらの塩昆布あえ 687kcal
	2025/4/28	2025/4/29	2025/04/30			
休み	ごはん 中華スープ 麻婆茄子 餃子 ヨーグルト 615kcal	昭和の日 	ごはん 味噌汁 鶏の南蛮漬け 枝豆とキャベツのマヨサラダ 切干大根の煮物 653kcal			