

4月

こおりやま楽膳の選べる月間献立表



保存版(1ヶ月)

※お肉メイン、お魚メインから、毎日好きなお弁当をお選びください。※副菜は両方共通です。※お楽しみ弁当は、下部に詳細がございます。

第1週	4/1(月)	4/2(火)	4/3(水)	4/4(木)	4/5(金)
お肉メイン	かつとじ 海鮮ステーキ	牛すき煮 厚揚げのオイスター炒め	デミハンバーグ ☆キャベツとちくわの豚そぼろ炒め	焼きしゃぶ かぼちゃのいとし煮	鶏肉のピカタ にらともやしのとろみ炒め
お魚メイン	海鮮塩だれ炒め メンチカツ	マスのごま味噌焼き 厚揚げのオイスター炒め	ホキの香草焼き キャベツとちくわの豚そぼろ炒め	ブリ大根 かぼちゃのいとし煮	カレイの揚げ煮 にらともやしのとろみ炒め
共通副菜	高野豆腐と山菜の煮物 チンゲン菜のオイスターソース煮 大根なます うぐいす豆	小松菜ときのこの煮浸し ひじきサラダ 焼売 フルーツ	大学芋 竹の子のピリ辛煮 海藻サラダ きやらぶき	糸昆布の炒め煮 ほうれん草の白和え ヤングコーンの炒め物 香の物	根菜と豆の黒ごまサラダ 長芋の柚子風味 山菜のお浸し 香の物
お楽しみ弁当				うな重弁当	
第2週	4/8(月)	4/9(火)	4/10(水)	4/11(木)	4/12(金)
お肉メイン	プルコギ 海老カツ	肉団子のオイスター煮 白はんぺんフライ	鶏肉のきじ焼き 野菜と厚揚げの五目煮	豚肉の塩こうじ炒め 大根のかに風味あんかけ	チキンカツ トマトソース 厚揚げのそぼろ煮
お魚メイン	ホキのカラフルタルタル焼き 海老カツ	鯖のマリネ風 大根の鶏そぼろあんかけ	天ぷら 野菜と厚揚げの五目煮	アジフライ ポークビーンズ	☆鯖のごまだれ 厚揚げのそぼろ煮
共通副菜	野菜の五目煮 さつまいもの甘煮 わかめの酢の物 フルーツ	キャベツのソテー 煮豆 わかめのナムル 香の物	にんにくの芽の味噌バター炒め 厚焼き玉子 しば漬とひじきの和風和え 杏仁豆腐	ほうれん草と長芋のポン酢和え 糸昆布とさつま揚げの煮物 木の葉しんじょう 香の物	チンゲン菜のソテー 人参サラダ ☆空豆のソテーチーズ風味 金時豆
お楽しみ弁当				エビ天重弁当	
第3週	4/15(月)	4/16(火)	4/17(水)	4/18(木)	4/19(金)
お肉メイン	鶏肉の甘酢あん 高野豆腐の煮物	厚揚げと豚肉の味噌生姜炒め 車麩の卵とじ	鶏肉の唐揚げ 大根とちくわの味噌煮	豚肉のレモン醤油炒め がんもとふきの煮物	ハンバーグ さつまいもと糸昆布の煮物
お魚メイン	タラの梅マヨソース 高野豆腐の煮物	鯖の塩こうじ焼き 車麩の卵とじ	ホキの香味だれ 大根とちくわの味噌煮	アジの幽庵焼き がんもとふきの煮物	ブリの磯辺竜田揚げ さつまいもと糸昆布の煮物
共通副菜	焼きビーフン 竹の子のごまよごし ピーマンの味噌炒め 香の物	さつまいもと蓮根の甘辛煮 白菜の甘酢生姜和え 大根葉のちりめん炒め しそ昆布	野菜塩だれ炒め 小松菜のごま和え 角昆布のおかか煮 うぐいす豆	じゃがいもの海苔塩炒め チンゲン菜と玉ねぎのツナマヨ和え チキンロール フルーツ	オムレツ スパゲッティサラダ ほうれん草とささみの和え物 香の物
お楽しみ弁当				とんかつ弁当	
第4週	4/22(月)	4/23(火)	4/24(水)	4/25(木)	4/26(金)
お肉メイン	油淋鶏 八宝菜	豚肉のお好み炒め 彩り金平	親子煮 海鮮団子の塩だれ炒め	牛肉のピビンバ風 スナップエンドウのソテー	鶏肉のクリーム煮 粉ふき芋のたらこまぶし
お魚メイン	赤魚の煮付け 八宝菜	鯖の味噌煮 彩り金平	ブリの照り焼き 海鮮団子の塩だれ炒め	タラのチリソースがけ スナップエンドウのソテー	アジの中華蒸し 肉じゃが
共通副菜	れんこんの炒め煮 ブロッコリーと豆のサラダ ミートボール 香の物	ナポリタン かきあげ 大根とツナのサラダ 金時豆	ひじきと高野の煮物 切干大根のサラダ 水菜と木耳の炒め物 彩りゼリー	かぼちゃとマカロニのトマト煮 なすのおかか煮 大豆の甘味噌和え きやらぶき	白菜とツナの卵炒め 豆サラダ ほたて風味フライ フルーツ
お楽しみ弁当				お楽しみ弁当	
第4週	4/29(月)	4/30(火)			
お肉メイン	昭和の日	チーズポークチャップ ★豆腐チャンプル			
お魚メイン		鯖の甘酢あんかけ 豆腐チャンプル			
共通副菜		大根とあげの味噌炒め 白菜のサラダ かみなりこんにやく フルーツ			

今月の一言
 ☆春が旬の食材「キャベツ」「筍」「わかめ」「スナップエンドウ」「空豆」「鯖」などを使用しました。
 ☆4/3の「キャベツとちくわの豚そぼろ炒め」は、旬の食材「キャベツ」を使用しています。「春キャベツ」は葉が軟らかく甘みがあり人気の春野菜です。
 ☆4/12の「鯖のごまだれ」は、旬の「鯖(サワラ)」を使用しています。漢字にも「春」という字が使われているように、春に多く収穫されることから「春を告げる祝い魚」と言われていたそうです。
 ★4/30は「豆腐チャンプル」です。「チャンプル」とは沖縄の方言で「ごちゃ混ぜ」という意味です。

❀4月 お楽しみ弁当メニュー

4/4(木)
うな重弁当 900円

4/18(木)
とんかつ弁当 900円

4/11(木)
エビ天重弁当 900円

4/25(木)
お楽しみ弁当 900円
・酢豚・卵焼き・田舎金平・肉団子

※材料の都合により一部メニューが変更になる場合がございます。

楽膳株式会社

5月

こおりやま楽膳の選べる月間献立表



保存版(1ヶ月)

※お肉メイン、お魚メインから、毎日好きなお弁当をお選びください。※副菜は両方共通です。※お楽しみ弁当は、下部に詳細がございます。

Table with columns for 5/1(水), 5/2(木), 5/3(金) and rows for お肉メイン, お魚メイン, 共通副菜. Includes '憲法記念日'.

Table with columns for 5/6(月), 5/7(火), 5/8(水), 5/9(木), 5/10(金) and rows for お肉メイン, お魚メイン, 共通副菜, お楽しみ弁当. Includes '振替休日'.

Table with columns for 5/13(月), 5/14(火), 5/15(水), 5/16(木), 5/17(金) and rows for お肉メイン, お魚メイン, 共通副菜, お楽しみ弁当.

Table with columns for 5/20(月), 5/21(火), 5/22(水), 5/23(木), 5/24(金) and rows for お肉メイン, お魚メイン, 共通副菜, お楽しみ弁当.

Table with columns for 5/27(月), 5/28(火), 5/29(水), 5/30(木), 5/31(金) and rows for お肉メイン, お魚メイン, 共通副菜, お楽しみ弁当.

今月の一言
☆5月が旬の食材、「サワラ」「アジ」「あさり」「アスパラガス」「たけのこ」「じゃがいも」などを使用しました。
★5/24の「鶏肉のカオマンガイ風」はタイの名物をイメージした新メニューです。
★5/30の「アジのお好み焼き風」は旬の食材であるアジを使用した新メニューです。焼いた魚にお好みソースやおのりをかけました。

5月 お楽しみ弁当メニュー

5/9(木) エビ天重弁当 900円

5/23(木) うな重弁当 900円

5/16(木) とんかつ弁当 900円

5/30(木) お楽しみ弁当 900円
・さば味噌・田舎金平・卵焼き・焼売

※材料の都合により一部メニューが変更になる場合がございます。