

* 献立表 *

常食(A)

	令和06年03月31日(日)	令和06年04月01日(月)	令和06年04月02日(火)	令和06年04月03日(水)	令和06年04月04日(木)	令和06年04月05日(金)	令和06年04月06日(土)
朝	米飯 味噌汁(えのき・キャベツ) はんぺんチーズ コンソメ煮 ポン酢和え たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(かぶ・揚げ) 納豆 青梗菜のソテー なすのおかか和え フルーツカクテル 牛乳	パン パンプキンスープ(豆乳) チキンオムレツ チーズサラダ ジャム 牛乳	米飯 味噌汁(じゃが芋・ワカメ) 肉詰いなり ツナ炒め いんげんの和え物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(しめじ・麩) ミートボール もやし炒め ゆかり和え つぼ漬け 牛乳	米飯 味噌汁(大根・絹さや) ひじき納豆 かフラワーのカレー炒め 春菊からし和え 千切り沢庵 牛乳	米飯 味噌汁(豆腐・きぬさや) とりつくね キャベツの炒め煮 お浸し うめびしお 牛乳
昼	米飯 味噌汁(とろろ・葱) たらの西京焼き 小松菜の炒め物 かぶの和え物 キウイ	米飯 味噌汁(里芋・ねぎ) あじの南蛮漬け風 ごま和え 浅漬け オレンジ	米飯 味噌汁(もやし・絹さや) さばの漬け焼き 大豆の煮物 カリフラワーのサラダ 黄桃缶	鶏南蛮うどん ミニおにぎり 南瓜の天ぷら りんご	米飯 清し汁 魚のさっぱり煮 なすみそ炒め 大根サラダ パイ	●牛井 味噌汁(ワカメ・あげ) コロッケ しその実和え マンゴー	米飯 春雨スープ たらのムニエル ガーリックソテー 海藻サラダ バナナ
15時	上用饅頭	きなこ黒蜜パンケーキ	青りんごゼリー	フルーチェ(いちご)	ペアクリームワッフル	かすてら饅頭	焼きドーナツ
夕	米飯 味噌汁(玉葱・わかめ) おでん ほうれん草のソテー ドレッシング和え しば漬	米飯 味噌汁(さつま芋・大根菜) 鶏肉の照り焼き 焼きビーフン しろなののり和え 胡瓜漬	米飯 味噌汁(白菜・椎茸) 豚肉のゆず醤油炒め 大根金平 冷奴 野沢菜漬	米飯 味噌汁(チンゲンサイ・えのき) カレーの煮付け 麻婆春雨 切干し大根甘酢和え 昆布豆	米飯 味噌汁(南瓜・大根葉) ミートローフ 野菜ソテー 和風和え 胡瓜漬(赤)	米飯 味噌汁(玉葱・椎茸) ほっけの塩焼き 白菜のくず煮 ツナ和え しそ昆布佃煮	塩ラーメン ミニおにぎり 卵豆腐 ごまみそ和え
合計	エネルギー 1500kcal 蛋白質 54.9g 食塩相当 10.4g	エネルギー 1552kcal 蛋白質 62.4g 食塩相当 8.5g	エネルギー 1562kcal 蛋白質 63.7g 食塩相当 8.6g	エネルギー 1640kcal 蛋白質 61g 食塩相当 8.9g	エネルギー 1558kcal 蛋白質 57.4g 食塩相当 9.2g	エネルギー 1697kcal 蛋白質 73.8g 食塩相当 9.1g	エネルギー 1550kcal 蛋白質 59.9g 食塩相当 10.7g

* 献立表 *

常食(A)

	令和06年04月07日(日)	令和06年04月08日(月)	令和06年04月09日(火)	令和06年04月10日(水)	令和06年04月11日(木)	令和06年04月12日(金)	令和06年04月13日(土)
朝	米飯 味噌汁(さつまいも・大根葉) 一口焼魚 しらす炒め もやしの梅和え 桜だいこん 牛乳	米飯 味噌汁(とろろ昆布・きぬさや) 納豆 チンゲン菜の炒め物 白菜の沢庵和え 洋梨缶 牛乳	パン コンソメスープ(玉葱・コーン) スクランブルエッグ スパゲティサラダ ジャム 牛乳	米飯 味噌汁(チンゲン菜・しめじ) がんもの煮物 キャベツの炒め煮 春菊の玉ねぎドレ和え のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁(大根・大根葉) シーフードたまご巻き れんこんの炒め煮 ほうれん草のお浸し 青しその実 野菜ジュース	米飯 味噌汁(小松菜・椎茸) おくら納豆 ごぼうの炒り煮 おろし酢和え 高菜漬け 牛乳	米飯 味噌汁(卵・大根菜) 高野豆腐の含め煮 野菜の炒め物 からし和え しそ昆布 牛乳
昼	米飯 味噌汁(白菜・人参) 鶏肉のおろしがけ ほうれん草のソテー オクラの和え物 オレンジ	米飯 すまし汁 チキンカツ なすの甘辛炒め カリフラワーピクルス パイ	米飯 味噌汁(白菜・エノキ) ●牛肉のオイスター炒め 南瓜の煮物 からし和え 黄桃缶	五目そうめん ミニおにぎり ブロッコリーの玉葱ソース和え フルーツカクテル	★どさんこDay★ 米飯 味噌汁(じゃが芋・大根葉) たまねぎコロッケ盛合わせ なすの生姜醤油 菜の花のポン酢和え バナナ	シーフードカレー コンソメスープ コールスローサラダ 福神漬 キウイ	米飯 清し汁 さばの塩焼き キャベツの肉味噌炒め 小松菜のお浸し マンゴー
15時	フルーチェ(メロン)	ピーチゼリー	ドームケーキ(カスタード)	どら焼き(抹茶)	キャラメルケーキ	芋ようかん	チョコババロア
夕	米飯 味噌汁(厚揚げ・わかめ) あじフライ かぶのコンソメ煮 胡瓜の昆布和え 佃煮	米飯 味噌汁(キャベツ・あさり) 赤魚の煮付け ふきのごま風味炒め お浸し しば漬け	米飯 清し汁 白身魚のみそマヨ焼き いんげんソテー おかか和え 千切り沢庵	米飯 味噌汁(高野豆腐・大根葉) 天ぷら もやしとにらの中華炒め 白菜のゆず和え 胡瓜漬(赤)	米飯 清し汁 豚肉の生姜焼き 大根の煮物 酢みそ和え うぐいす豆	米飯 味噌汁(玉葱・しめじ) 鶏肉の塩麴焼き ひじきの煮物 いんげんマヨ和え 胡瓜漬	月見そば ミニおにぎり さつま芋と昆布の煮物 たたき胡瓜の梅おかか和え
合計	エネルギー 1540kcal 蛋白質 58.2g 食塩相当 9.3g	エネルギー 1601kcal 蛋白質 57.5g 食塩相当 7.8g	エネルギー 1605kcal 蛋白質 65.3g 食塩相当 8.1g	エネルギー 1554kcal 蛋白質 57.8g 食塩相当 8.7g	エネルギー 1567kcal 蛋白質 50.6g 食塩相当 7.8g	エネルギー 1628kcal 蛋白質 57.4g 食塩相当 10.3g	エネルギー 1560kcal 蛋白質 63.9g 食塩相当 8.8g

* 献立表 *

常食(A)

	令和06年04月14日(日)	令和06年04月15日(月)	令和06年04月16日(火)	令和06年04月17日(水)	令和06年04月18日(木)	令和06年04月19日(金)	令和06年04月20日(土)
朝	米飯 味噌汁(白菜・人参) つみれの煮物 チンゲン菜のソテー もやしの和え物 洋梨缶 牛乳	米飯 味噌汁(小松菜・人参) 納豆 かぼちやのそぼろ煮 白菜の梅和え 胡瓜漬 牛乳	パン 青菜のスープ ボイルウインナー コールスローサラダ ジャム 牛乳	米飯 味噌汁(高野豆腐・絹さや) 温泉卵 切干大根の炒め煮 ほうれん草のわさび和え 梅干し ヨーグルト	米飯 味噌汁(もやし・揚げ) 豆腐の煮物 土佐炒め ピーナッツ和え ふりかけ 豆乳(バナナ)	米飯 味噌汁(ワカメ・えのき) うめ納豆 野菜炒め ちくわの和え物 黄桃缶 牛乳	米飯 味噌汁(大根・かぶ葉) いわしの蒲焼 小松菜のソテー 柚子サラダ ふりかけ(のりたま) 牛乳
昼	米飯 中華スープ 麻婆豆腐 えびシューマイ 春雨の和え物 オレンジ	米飯 味噌汁(なす・わかめ) 魚のおろしポン酢かけ じゃがいものバター醤油 からし和え フルーツカクテル	米飯 味噌汁(とろろ昆布・ねぎ) チキン南蛮 ブロッコリーソテー ごま和え マンゴー	長崎ちゃんぽん ミニおにぎり 菜の花の和え物 パイン缶	サンドイッチ ポトフ風 野菜サラダ キウイ	親子丼 味噌汁(さつま芋・大根菜) 中華風奴 おろし酢和え フルーツ(オレンジ)	きつねそば 具) ミニおにぎり レバー煮付 フルーツ缶(パイン)
15時	酒まんじゅう	たまごボーロ	いちごゼリー	カステラ	パインムース	抹茶どら焼き	杏仁豆腐
夕	米飯 清し汁 白身魚の味噌漬け焼き カリフラワーのコンソメ煮 キャベツのごまドレ たいみそ	米飯 味噌汁(キャベツ、厚揚げ) ●プルコギ風 煮物 しろな和え物 野沢菜漬	米飯 味噌汁(白菜・椎茸) ぶり大根 青菜のソテー なすの生姜醤油 うずら豆	米飯 味噌汁(麩・大根葉) 揚げ豆腐の野菜あん 温野菜のサラダ もやしの中華風和え さくら大根	米飯 すまし汁(はんぺん・ねぎ) さばのみそ煮 きんぴらごぼう オクラの和え物 千切り沢庵	米飯 味噌汁(キャベツ・しめじ) 白身魚のマスタード焼き 冬瓜のかにかまあん 白菜のごま和え しば漬け	米飯 味噌汁(麩・大根葉) ふくさ焼き 付)そら豆 ぜんまい煮 春菊のなめたけ和え 千切り沢庵
合計	エネルギー 1555kcal 蛋白質 58.2g 食塩相当 8.3g	エネルギー 1642kcal 蛋白質 73.6g 食塩相当 9.3g	エネルギー 1628kcal 蛋白質 54.1g 食塩相当 8.2g	エネルギー 1543kcal 蛋白質 59.7g 食塩相当 10.5g	エネルギー 1615kcal 蛋白質 55.9g 食塩相当 9.4g	エネルギー 1651kcal 蛋白質 66g 食塩相当 8.1g	エネルギー 1697kcal 蛋白質 68.5g 食塩相当 9.5g



* 献立表 *

常食(A)

	令和06年04月21日(日)	令和06年04月22日(月)	令和06年04月23日(火)	令和06年04月24日(水)	令和06年04月25日(木)	令和06年04月26日(金)	令和06年04月27日(土)
朝	米飯 味噌汁(もやし・ワカメ) お魚豆腐揚げの煮物 もやし炒め なすの香味和え 香の物(つぼ漬け) 野菜ジュース	米飯 味噌汁(なめこ・長葱) 納豆 しろなとちくわの煮浸し 白菜のお浸し フルーツカクテル 牛乳	パン コンソメスープ(大根・人参) オムレツ ブロッコリーごまドレ和え ジャム 牛乳	米飯 味噌汁(玉葱・大根葉) つみれと里芋の煮物 中華炒め 菜の花のお浸し あみえび佃煮 牛乳	米飯 味噌汁(青菜・えのき) とりつくね しらすの卵とじ ユールスローサラダ ふりかけ(たらこ) 牛乳	米飯 味噌汁(おつゆ麩・ワカメ) めかぶ納豆 もやし炒め 畑菜の和風サラダ 洋梨缶 牛乳	米飯 味噌汁(豆腐・葱) ベーコンとかぶのポトフ レンコン炒め ブロッコリーの醤油和え ふりかけ(さけ) 牛乳
昼	米飯 お吸い物(卵・大根葉) 鶏肉の竜田揚げ 付)スナップエンドウ ほうれん草のソテー 白菜の青じそマヨ和え フルーツ缶(黄桃)	米飯 味噌汁(おつゆ麩・葱) かれのいの煮付け 付)花人参 里芋のそぼろあんかけ チンゲン菜のおかか和え フルーツ(オレンジ)	米飯 味噌汁(大根・若布) 白身魚の照り焼き 付)アスパラ れんこんの炒り煮 酢大豆 フルーツ(パイン)	山菜おろしそば ミニおにぎり わさび和え フルーツヨーグルト	米飯 お吸物(とろろ昆布・葱) たらの生姜煮 付)春菊 なすの味噌炒め オクラのごま和え フルーツ(バナナ)	中華丼 わかめスープ 餃子 春雨サラダ キウイ	スパゲティナポリタン 野菜スープ ブロッコリーの卵炒め 南瓜サラダ フルーツ(オレンジ)
15時	ロールケーキ(ショコラ)	ソフトクレープ(いちご)	バナナムース	あまおうモンブラン	もみじまんじゅう	オレンジゼリー	蒸しパンケーキ(プレーン)
夕	米飯 味噌汁(チンゲンサイ・椎茸) 赤魚の西京焼き 付)オクラ さつまいもと昆布の煮物 菜の花のくるみ和え 赤しその実	米飯 味噌汁(麩・ねぎ) 豚肉の玉葱ソース炒め ふきの煮物 キャベツと沢庵の和え物 白花豆	米飯 味噌汁(とろろ昆布・大根葉) 麻婆豆腐 ミートボール(黒酢) 春雨サラダ ザーサイ	米飯 味噌汁(ふき・揚げ) 金目鯛のごま醤油焼き 付)いんげん 白菜と鶏肉の旨煮 カリフラワーのおかか和え 昆布豆	米飯 味噌汁(麩・絹さや) 鶏肉のケチャップ焼き 付)スナップエンドウ ジャーマンポテト ピクルス 昆布佃煮	米飯 味噌汁(かぼちゃ・しめじ) かにかま入り卵焼き 和風あん) 鶏肉と大根のオイスター煮 チンゲン菜の生姜和え 青しその実	米飯 中華スープ 回鍋肉 焼売 小松菜としめじの和え物 うぐいす豆
合計	エネルギー 1610kcal 蛋白質 57.5g 食塩相当 8.5g	エネルギー 1674kcal 蛋白質 71.7g 食塩相当 9g	エネルギー 1660kcal 蛋白質 66.1g 食塩相当 8.9g	エネルギー 1640kcal 蛋白質 67g 食塩相当 9.5g	エネルギー 1651kcal 蛋白質 67.1g 食塩相当 9.2g	エネルギー 1635kcal 蛋白質 69.1g 食塩相当 9.4g	エネルギー 1697kcal 蛋白質 59.1g 食塩相当 7.4g

* 献立表 *

常食(A)

令和06年04月28日(日)		令和06年04月29日(月)		令和06年04月30日(火)									
朝	米飯	米飯	米飯	パン									
	味噌汁(チンゲン菜・油揚げ)	味噌汁(しめじ・うずまき麩)	納豆	パンプキンスープ(豆乳)									
	厚焼き卵 付)大根おろし いんげんの炒め煮 白菜のなめ茸和え 香の物(赤しその実漬け) 牛乳	キャベツの煮物 ポテトサラダ 黄桃缶 牛乳	スクランブルエッグ 枝豆コーン ジャム 牛乳										
昼	米飯	米飯	米飯										
	コンソメスープ(畑菜・マッシュルーム)	味噌汁(かぶ・葱)	味噌汁(里芋・きぬさや)										
	鶏肉のマスタード焼き 付)そら豆 じゃが芋のバター炒め カリフラワーの甘酢漬け フルーツ缶(マンゴー)	白身魚のホイル蒸し たけのこと厚揚げの煮物 青菜のナムル フルーツ缶(りんご)	牛肉のきのこ炒め きざみ昆布の炒り煮 カリフラワーのサラダ フルーツ(バナナ)										
15時	マドレーヌ	カスタードケーキ	イチゴムース										
夕	米飯	米飯	米飯										
	味噌汁(麩・絹さや)	卵スープ(卵・ねぎ)	味噌汁(白菜・椎茸)										
	赤魚の塩麹焼き 付)しろな 冬瓜のそぼろがけ オクラとしらすのお浸し 高菜漬け	チーズインハンバーグ デミソース 付)グリル野菜 アスパラソテー 人参サラダ 野沢菜漬	たらのフライ ソース) 付)スナップエンドウ・トマト ふきの炒め煮 菜の花の酢みそがけ 昆布佃煮										
合計	エネルギー 1641kcal	エネルギー 1692kcal	エネルギー 1631kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	
	蛋白質 65.9g	蛋白質 60.7g	蛋白質 66.8g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	
	食塩相当 9.1g	食塩相当 8.4g	食塩相当 10.6g	食塩相当 g	食塩相当 g	食塩相当 g	食塩相当 g	食塩相当 g	食塩相当 g	食塩相当 g	食塩相当 g	食塩相当 g	

