



* 献立表 *



常食(A)

	令和07年03月30日(日)	令和07年03月31日(月)	令和07年04月01日(火)	令和07年04月02日(水)	令和07年04月03日(木)	令和07年04月04日(金)	令和07年04月05日(土)						
朝	米飯 味噌汁(えのき茸・キャベツ) 卵とじ コンソメ煮 ポン酢和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(かぶ・ワカメ) 納豆 青梗菜のソテー なすのおかか和え オレンジ 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 ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜・大根葉) 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 カ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・絹さや) とりつくね キャベツの炒め煮 お浸し もろみ味噌 ヨーグルト						
昼	米飯 味噌汁(とろろ昆布・葱) ますの西京焼き 小松菜の炒め物 かぶの和え物 キウイ	米飯 味噌汁(里芋・油揚げ) ほっけのおろし煮 ごま和え 煮物 あみ佃煮	米飯 コンソメスープ(葱・ワカメ) ミートローフ 野菜ソテー ブロッコリーのサラダ 黄桃缶	とろろそば ミニおにぎり こんにゃく炒め フルーツポンチ	米飯 清し汁(卵、長葱) 魚のさっぱり煮 なすみそ炒め 大根サラダ パインムース	牛丼 味噌汁(ワカメ・油揚げ) コロッケ ツナ和え マンゴー	米飯 春雨スープ(春雨・コーン・長葱) ほっけのムニエル ガーリックソテー 海藻サラダ バナナ						
15時	マドレーヌ	きなこ黒蜜パンケーキ	かすてら饅頭	パンケーキ	レモンケーキ	青りんごゼリー	バウムクーヘン						
夕	ゆかりごはん 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) 鶏肉の葱味噌焼き 焼きビーフン 海苔和え 胡瓜漬	米飯 味噌汁(白菜・椎茸) さばの漬け焼き 大根金平 冷奴 野沢菜漬	米飯 味噌汁(チンゲン菜・えのき茸) カレーの煮付け 麻婆春雨 和風和え 昆布豆	米飯 味噌汁(しめじ・うず巻麩) トンテキ風 さつまいもの煮物 切干し大根甘酢和え 胡瓜漬(赤)	米飯 味噌汁(玉葱・椎茸) 揚げ豆腐の五目野菜あん 白菜のくず煮 しその実和え 昆布佃煮	塩ラーメン ミニおにぎり 卵豆腐 ごまみそ和え						
エネルギー	1495kcal	エネルギー	1621kcal	エネルギー	1573kcal	エネルギー	1458kcal	エネルギー	1639kcal	エネルギー	1798kcal	エネルギー	1517kcal
蛋白質	54.6g	蛋白質	64g	蛋白質	56.1g	蛋白質	55.3g	蛋白質	61.2g	蛋白質	61.3g	蛋白質	55.8g
食塩相当	10.8g	食塩相当	9g	食塩相当	8.6g	食塩相当	8.7g	食塩相当	9.1g	食塩相当	9.3g	食塩相当	10g

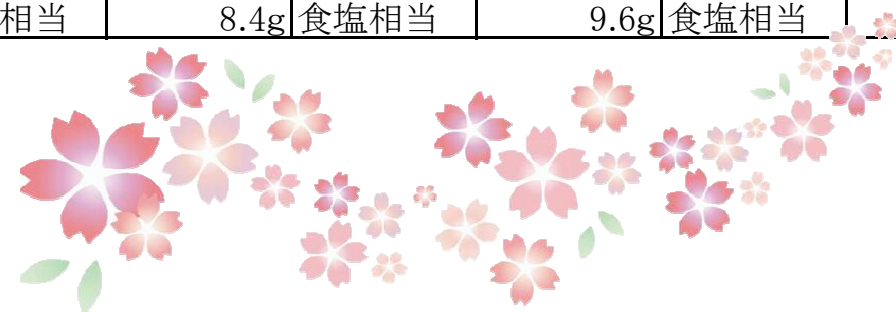
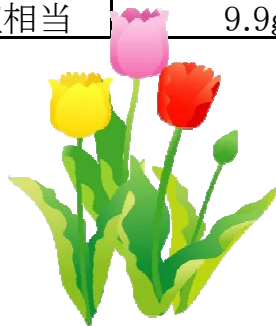


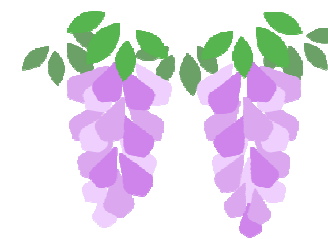


* 献立表 *

常食(A)

	令和07年04月06日(日)	令和07年04月07日(月)	令和07年04月08日(火)	令和07年04月09日(水)	令和07年04月10日(木)	令和07年04月11日(金)	令和07年04月12日(土)						
朝	米飯 味噌汁(さつま芋・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・絹さや) 納豆 チンゲン菜の炒め物 白菜の沢庵和え 洋梨缶 ヨーグルト	米飯 味噌汁(豆腐・わかめ) 一口焼魚 しらす炒め 梅和え 桜だいこん 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(もやし・油揚げ) 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 ヨーグルト	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 味噌汁(じゃが芋・玉葱) ぶり大根 大豆とひじきの煮物 青菜のナムル キウイフルーツ	米飯 味噌汁(白菜・えのき茸) 牛肉のオイスター炒め 南瓜の煮物 からし和え 野沢菜漬	五目にゆうめん ミニおにぎり ちくわの磯辺揚げ フルーツカクテル	米飯 味噌汁(大根・大根葉) フライ盛り合わせ なすの生姜醤油 菜の花のポン酢和え パイン	カレーライス コンソメスープ(白菜・ベーコン) コールスローサラダ 福神漬 バナナ	米飯 清し汁(うず巻麩・絹さや) 豚肉の生姜焼き 大根の煮物 小松菜のお浸し マンゴー						
15時	焼きドーナツ	肉まん	ドームケーキ(カスタード)	フルーチェ(いちご)	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 ドレッシング和え 佃煮	米飯 味噌汁(キャベツ、しめじ) 鶏肉の塩麴焼き ふきのごま風味炒め お浸し しば漬	米飯 清し汁(おつゆ麩・長葱) 白身魚のみそマヨ焼き もやしと青菜の中華炒め おかか和え 千切り沢庵	米飯 味噌汁(高野豆腐・大根葉) トンカツ いんげんソテー 白菜のゆず和え 胡瓜漬(赤)	米飯 清し汁(長葱・えのき茸) さばの塩焼き キャベツの肉味噌炒め 酢みそ和え うぐいす豆	米飯 味噌汁(玉葱・しめじ) あじの南蛮漬け風 ひじきの煮物 いんげんマヨ和え 胡瓜漬	たぬきうどん ミニおにぎり さつま芋と昆布の煮物 おろし酢和え						
エネルギー	1645kcal	エネルギー	1544kcal	エネルギー	1601kcal	エネルギー	1512kcal	エネルギー	1582kcal	エネルギー	1628kcal	エネルギー	1586kcal
蛋白質	57.2g	蛋白質	63.1g	蛋白質	62.9g	蛋白質	49.7g	蛋白質	54.7g	蛋白質	59.2g	蛋白質	52.3g
食塩相当	9.6g	食塩相当	9.9g	食塩相当	9.8g	食塩相当	8.4g	食塩相当	8.4g	食塩相当	9.6g	食塩相当	8.5g

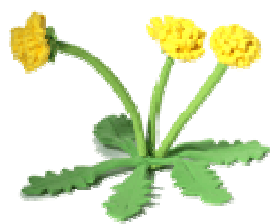


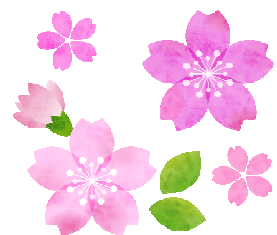


* 献立表 *

常食(A)

	令和07年04月13日(日)	令和07年04月14日(月)	令和07年04月15日(火)	令和07年04月16日(水)	令和07年04月17日(木)	令和07年04月18日(金)	令和07年04月19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 ヨーグルト	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 りんご缶 牛乳	パン 青菜のスープ(チンゲン菜・人参) 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) 卵豆腐 切干大根の炒め煮 ほうれん草のわさび和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(もやし・油揚げ) 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・えのき茸) 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・人参) しゅうまい きんぴられんこん しらす和え 青しその実 ヨーグルト
昼	米飯 中華スープ(わかめ・長葱・白胡麻) 麻婆豆腐 えびシューマイ 春雨の和え物 キウイフルーツ	米飯 味噌汁(なめこ、大根) 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 胡瓜漬	★日本から揚げ紀行★ 米飯 味噌汁(おつゆ麩・長葱) 広島かき醤油唐揚げ ブロッコリーソテー ごま和え マンゴー	焼きそば 卵スープ(卵・長葱) 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 フルーツカクテル	親子丼 味噌汁(さつまいも・大根菜) 中華風奴 おろし酢和え バナナ	米飯 清まし汁(とろろ昆布・絹さや) あじの蒲焼き風 ガーリックソテー 酢みそ和え 洋梨缶
15時	酒まんじゅう	杏仁みかん	レモンケーキ	カステラ	どら焼き(カスタード)	パインムース	蒸しパンケーキ
夕	米飯 清し汁(わかめ・大根の葉) 赤魚の味噌漬け焼き 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) かれいの煮付け 青菜のソテー なすの生姜醤油 うずら豆	米飯 味噌汁(うず巻麩・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 清まし汁(はんぺん・長葱) 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	きつねそば ミニおにぎり 大根の炒り煮 春菊のからし和え
エネルギー	1495kcal	1549kcal	1578kcal	1592kcal	1644kcal	1600kcal	1588kcal
蛋白質	54.1g	65.9g	59.3g	59.3g	56.4g	64.6g	54.7g
食塩相当	7.8g	9.2g	8.5g	8.8g	9g	8.5g	9.1g

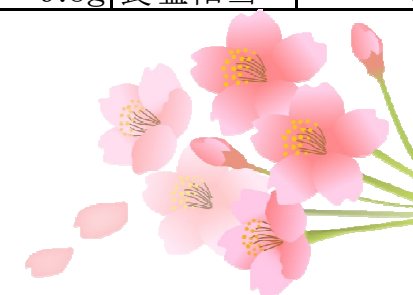




* 献立表 *

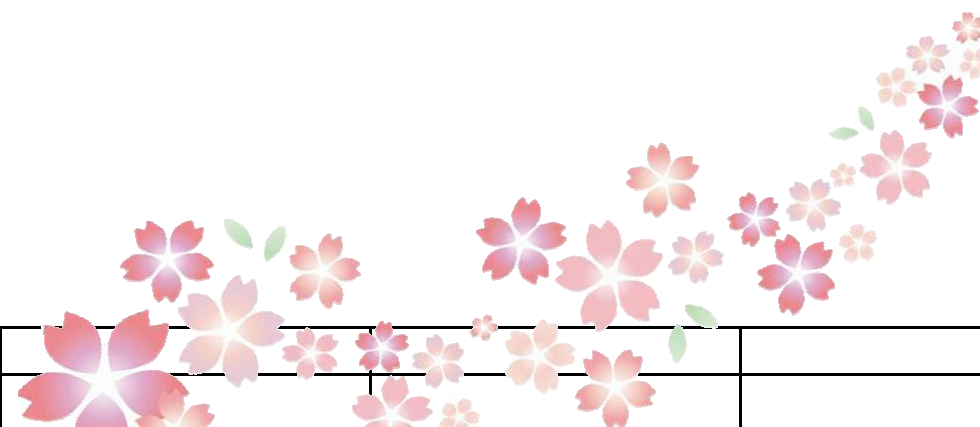
常食(A)

	令和07年04月20日(日)	令和07年04月21日(月)	令和07年04月22日(火)	令和07年04月23日(水)	令和07年04月24日(木)	令和07年04月25日(金)	令和07年04月26日(土)						
朝	米飯 味噌汁(法連草・うず巻麩) 高野豆腐の煮物 もやし炒め 白菜のゆず和え ふりかけ 野菜ジュース	米飯 味噌汁(玉葱・油揚げ) 納豆 ほうれん草シュウマイ キャベツの青じそ和え 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(高野豆腐・長葱) ミートボール チンゲン菜のソテー もやしの和え物 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(豆腐・わかめ) 高野たまご巻き キャベツの炒め煮 からし和え 梅干し 牛乳	米飯 味噌汁(玉葱・しめじ) おろし納豆 チンゲン菜のソテー インゲンのごま和え みかん缶 牛乳	米飯 味噌汁(いんげん・油揚げ) がんもの煮物 レンコン炒め 菜の花の和え物 ふりかけ ヨーグルト						
昼	米飯 味噌汁(大根・大根葉) トンテキ風 マカロニサラダ 菜の花のドレッシング和え 白桃缶	米飯 味噌汁(里芋・大根菜) 鶏のねぎ塩麩焼き ツナ炒め煮 オクラの和え物 あみ佃煮	米飯 中華スープ(冬瓜・わかめ) 肉団子の甘酢 春巻き ポテトサラダ オレンジ	味噌ラーメン ミニおにぎり かにシュウマイ わさび和え バナナ	米飯 味噌汁(じゃが芋・大根葉) さばの香味焼き かんぴょうの煮物 カリフラワーサラダ キウイフルーツ	カレーライス わかめスープ(わかめ・長葱) 春雨サラダ 福神漬 いちごムース	米飯 味噌汁(小松菜・うず巻麩) たらフライ 大根の昆布煮 もやしのポン酢和え 黄桃缶						
15時	チョコレート饅頭	ソフトクレープ(いちご)	ようかん	カステラ	クリームワッフル	きみしぐれ	人形焼き						
夕	米飯 味噌汁(チンゲン菜・椎茸) カレイの漬け焼き かぼちゃの含め煮 おろし酢和え 千切り沢庵	米飯 味噌汁(おつゆ麩・長葱) あぶ玉 さつま芋のレモン煮 二色和え 白花豆	米飯 味噌汁(とろろ昆布・えのき茸) メバルの煮付け なすの薬味さっぱりソース 梅おかか和え 赤しその実	米飯 味噌汁(ふき・油揚げ) 他人煮 れんこん味噌炒め オクラの昆布和え しば漬	米飯 味噌汁(厚揚げ・絹さや) チキンカツ 冬瓜のかにかまあん チンゲン菜のドレ和え 桜大根	米飯 卵スープ(卵・長葱) ハンバーグ ほうれん草バターソテー コールスローサラダ 高菜漬	スパゲティナポリタン 野菜スープ <small>(パプリカ・ズッキーニ・人参)</small> ブロッコリーの卵炒め 南瓜サラダ						
エネルギー	1500kcal	エネルギー	1695kcal	エネルギー	1557kcal	エネルギー	1630kcal	エネルギー	1691kcal	エネルギー	1631kcal	エネルギー	1546kcal
蛋白質	55g	蛋白質	63.3g	蛋白質	51.2g	蛋白質	60g	蛋白質	60.9g	蛋白質	56.4g	蛋白質	49.2g
食塩相当	8.7g	食塩相当	7.6g	食塩相当	8.7g	食塩相当	10.3g	食塩相当	9.8g	食塩相当	9.3g	食塩相当	8.1g





* 献立表 *



常食(A)

	令和07年04月27日(日)	令和07年04月28日(月)	令和07年04月29日(火)	令和07年04月30日(水)									
朝	米飯 味噌汁(大根・えのき茸) 卵とじ いんげんの炒め煮 豆のヘルシーサラダ 胡瓜漬(赤) 牛乳	米飯 味噌汁(かぶ・わかめ) 納豆 そばろ煮 もやしの青じそ和え 黄桃缶 牛乳	パン パンプキンスープ(豆乳) スクランブルエッグ 枝豆コーン ジャム ヨーグルト	米飯 味噌汁(大根・大根葉) えびしんじょうの煮物 じゃがいものバター醤油 白菜の梅和え ふりかけ 牛乳									
昼	米飯 味噌汁(高野豆腐・長葱) 赤魚の山椒焼き 野菜炒め お浸し パイン	米飯 コンソメスープ(わかめ・玉葱) 鶏肉の梅肉焼き なすの甘辛炒め カリフラワーピクルス たくあん	米飯 味噌汁(小松菜・油揚げ) 魚のピザ風味焼き 煮物 カリフラワーのサラダ バナナ	たぬきうどん ミニおにぎり さつまいものミルク煮 オレンジ									
15時	マドレーヌ	レアチーズケーキ	もみじまんじゅう	カスタードケーキ									
夕	米飯 味噌汁(おつゆ麩・絹さや) 肉じゃが なすの揚げ浸し 春菊とささみの和え物 青しその実	米飯 味噌汁(南瓜・しめじ) メヌケの煮付け マカロニサラダ 白菜のゆず和え 昆布佃煮	米飯 味噌汁(白菜・椎茸) 鶏肉の照り焼き 大根金平 冷奴 野沢菜漬	米飯 味噌汁(卵・長葱) 鯖の漬け焼き いんげんの炒め煮 からし和え 白花豆									
エネルギー	1596kcal	エネルギー	1665kcal	エネルギー	1630kcal	エネルギー	1698kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal
蛋白質	62.5g	蛋白質	63.4g	蛋白質	64g	蛋白質	57g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g
食塩相当	9.4g	食塩相当	8.7g	食塩相当	8.3g	食塩相当	7.9g	食塩相当	g	食塩相当	g	食塩相当	g

