



# 4月の献立



# かわいの家

特別養護老人ホーム

	4月1日 (木)	4月2日 (金)	4月3日 (土)	4月4日 (日)	4月5日 (月)	4月6日 (火)	4月7日 (水)	
朝	御飯 卵とじ オクラのおかか和え ふりかけ 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) 肉団子のコンソメ煮 ゼリー(レモン) ジャム(あん&マーガリン) カルシウム牛乳	★かに雑炊(250g) 卵の花 カルシウム牛乳  <b>みんなの土曜日</b>	御飯 野菜炒め 納豆 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げとかぶの煮物 小松菜のお浸し ふりかけ 味噌汁(豆腐・葉) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) あさりのトマトスープ フルーツ(バナナ) ジャム(りんご&マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 ハムともやしの炒め物 おかか納豆 味噌汁(白菜・わかめ) カルシウム牛乳	
昼	◇◇開所記念日◇◇ ★菜飯130g 開所記念弁当 刺身盛合せ	御飯 おろしかつ煮 白菜の炒め物 小松菜のごま和え	吉野家特製親子丼 青菜と春雨のサラダ 	御飯 青椒肉絲 えび焼売 チンゲン菜とザーサイの和え物	御飯 フライ盛合せ(タルト入り) もやしの酢の物 フルーツ(みかん缶)	御飯 メバルの菜種焼き ブロッコリーのかに風味炒め いんげんの白和え	御飯 シーフードカレー コールスローサラダ フルーツ(りんご缶)	
夕	御飯 豚肉と野菜の炒め物 かぼちゃのいとこ煮 フルーツ(バナナ) お吸物(大根・揚げ)	御飯 あじのカレームニエル マカロニのケチャップ炒め いんげんのサラダ コンソメスープ(ホト・葉)	御飯 ◇白身魚の香草焼き ◇じゃがいものたらこソース ◇ほうれん草のソテー ◇炒り卵 ◇なすのトマト煮 デザート	御飯 蒸し魚の野菜あんかけ ひじきの炒り煮 ゆかり和え お吸物(里芋・葉)	御飯 とりつくね なすの煮浸し ほうれん草のごま和え お吸物(とろろ昆布・ねぎ)	御飯 しらすと生姜の卵焼き ひき肉と白菜のオイスター炒め ごぼうサラダ 味噌汁(青菜・椎茸)	御飯 焼肉風 湯豆腐 えびと青菜の和え物 お吸物(大根・揚げ)	
一日合計	エネルギー	1706kcal	1511kcal	1509kcal	1546kcal	1543kcal	1444kcal	1579kcal
	蛋白質	62.3g	58.7g	54.1g	61.5g	56.1g	59.4g	61.4g
	食塩	7.9g	6.9g	6.2g	7.3g	6.3g	5.9g	7.5g

・ ★はユニット炊飯がありません。 都合により献立変更することがあります

# 4月の献立

	4月8日 (木)	4月9日 (金)	4月10日 (土)	4月11日 (日)	4月12日 (月)	4月13日 (火)	4月14日 (水)
朝	御飯 あんかけ五目卵 オクラの梅和え ふりかけ 味噌汁(玉葱・じゃが芋) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) ウインナーと野菜のソテー パンプキンサラダ ジャム(マレード & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 フィッシュソーゼの炒め物 温泉卵 味噌汁(里芋・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 切干大根の炒め煮 納豆 味噌汁(もやし・椎茸) カルシウム牛乳	御飯 ツナと豆腐の炒め煮 モロヘイヤとオクラの生姜和え ふりかけ 味噌汁(白菜) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) 野菜スープ たまごサラダ ジャム(イチゴ & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 かにかまと野菜の旨煮 磯納豆 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳
昼	御飯 鶏肉のねぎポン酢かけ さつまいものごま煮 ひじきサラダ	御飯 さばの塩焼き 豚バラとかぶの甘辛煮 キャベツの和え物	★肉うどん 大学芋風 大根ともずくのサラダ	御飯 あじの七味焼き 里芋の煮物 なすのポン酢和え	★グリーンピース御飯 和風ハンバーグ 若竹煮 菜の花のくるみ和え	御飯 赤魚の揚げ浸し 豚バラとふきの煮物 春雨サラダ	御飯 えびの卵焼き もやしのそぼろ炒め フルーツ(りんご缶)
夕	御飯 白身魚のオイスター煮 焼餃子 フルーツ(黄桃缶) 中華スープ(春雨・青菜)	御飯 豆腐ステーキ れんこんと昆布の甘辛煮 フルーツ(パイン缶) 味噌汁(麩・わかめ)	御飯 たらのグラタン ジャーマンポテト フルーツ(白桃缶) コンソメスープ(青菜・コーン)	御飯 親子煮 白菜としらすの炒め物 フルーツ(みかん缶) お吸物(麩・ねぎ)	御飯 ほきの梅味噌焼き ちくわの磯辺揚げ 花野菜の和え物 お吸物(大根・ねぎ)	御飯 鶏肉のトマト煮 ハムとポテトのカレーソテー フルーツ(黄桃缶) コンソメスープ(青菜・コーン)	御飯 豚肉の生姜焼き あさりと大根の煮物 さつまいもサラダ お吸物(しめじ・わかめ)
一日合計	エネルギー 1523kcal 蛋白質 56.6g 食塩 7g	エネルギー 1578kcal 蛋白質 61.2g 食塩 6g	エネルギー 1609kcal 蛋白質 58.7g 食塩 7.7g	エネルギー 1438kcal 蛋白質 61.8g 食塩 6.9g	エネルギー 1460kcal 蛋白質 59.4g 食塩 7.9g	エネルギー 1444kcal 蛋白質 55.6g 食塩 6.1g	エネルギー 1579kcal 蛋白質 60.8g 食塩 6.5g

・ ★はユニット炊飯がありません。 都合により献立変更することがあります

# 4月の献立

	4月15日 (木)	4月16日 (金)	4月17日 (土)	4月18日 (日)	4月19日 (月)	4月20日 (火)	4月21日 (水)
朝	御飯 厚揚げと青菜の煮浸し とろろ芋 味噌汁(麩・豆苗) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) ハムと野菜のソテー マカロニサラダ ジャム(りんご&マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 かに風味卵焼き オクラともずくの和え物 ふりかけ 味噌汁(里芋・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 もやしのそぼろ炒め 納豆 味噌汁(大根・わかめ) カルシウム牛乳	御飯 はんぺんのチーズ焼き 豆サラダ ふりかけ 味噌汁(麩・ねぎ) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) プレーンオムレツ 野菜のコンソメ煮 ジャム(マレード & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 かまぼこと野菜の炒め物 しらす納豆 味噌汁(玉葱・わかめ) カルシウム牛乳
昼	★にゅうめん 肉団子と野菜の炒め物 ごぼうサラダ	御飯 麻婆豆腐 青菜とあさり炒め物 ムース(杏仁)	御飯 メバルの照焼き なすの田楽 白菜の和え物	御飯 牛肉と卵のトマト炒め 水餃子 チンゲン菜の中華和え	◆◆神奈川御膳◆◆ 御飯 まぐろカツ 肉焼売 かまぼこと大根の和え物	★けんちんそば かき揚げ さつまいもサラダ	御飯 チキンカレー ブロッコリーサラダ ムース(ヨーグルト)
夕	御飯 いわしバーグ味噌マヨ焼き かぼちゃのそぼろ煮 ひじきサラダ お吸物(とろろ昆布・ねぎ)	御飯 白身魚の梅おろしソース 春雨の炒め物 花野菜のごま和え 味噌汁(じゃが芋・揚げ)	御飯 鶏肉の南蛮漬け 炒り豆腐 フルーツ(パイン缶) お吸物(青菜・しめじ)	御飯 あじの山椒焼き れんこんの炒め煮 ほうれん草の白和え お吸物(素麺・椎茸)	御飯 八宝菜 菜の花のナムル ムース(杏仁) 中華スープ(春雨・青菜)	御飯 白身魚の粒マスタード焼き ハムと野菜のソテー フルーツ(みかん缶) コンソメスープ(キャベツ・コーン)	御飯 あさりと豆腐の卵とじ 高菜炒め なすのお浸し お吸物(根菜・ねぎ)
一日合計	エネルギー 1506kcal 蛋白質 56g 食塩 7.9g	エネルギー 1436kcal 蛋白質 57g 食塩 7.7g	エネルギー 1503kcal 蛋白質 59.9g 食塩 6.6g	エネルギー 1554kcal 蛋白質 59.8g 食塩 7.2g	エネルギー 1630kcal 蛋白質 61.2g 食塩 6.7g	エネルギー 1479kcal 蛋白質 51.5g 食塩 6.8g	エネルギー 1531kcal 蛋白質 55.7g 食塩 7.8g

・ ★はユニット炊飯がありません。 都合により献立変更することがあります

# 4月の献立

## かわいの家


特別養護老人ホーム

	4月22日 (木)	4月23日 (金)	4月24日 (土)	4月25日 (日)	4月26日 (月)	4月27日 (火)	4月28日 (水)
朝	御飯 がんもの含め煮 小松菜のからし和え ふりかけ 味噌汁(里芋・葉) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) ミネストローネ フルーツ(黄桃缶) ジャム(イチゴ & マーガリン) ジョア	御飯 さつま揚げと里芋の煮物 モロヘイヤとオクラの生姜和え ふりかけ 味噌汁(キャベツ) カルシウム牛乳	御飯 野菜の煮浸し 納豆 味噌汁(じゃが芋・わかめ) カルシウム牛乳	御飯 豆腐と野菜の旨煮 春雨サラダ ふりかけ 味噌汁(里芋・葉) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) フィッシュリセージのソテー フルーツ(みかん缶) ジャム(あん & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 じゃが芋のそぼろ炒め ごまし納豆 味噌汁(白菜) ジョア
昼	御飯 フライ盛合せ かぶの煮物 フルーツ(パイン缶)	御飯 こんぶと生姜の卵焼き ごぼうのそぼろ炒め ほうれん草の和え物	御飯 鶏肉のコーンマヨ焼き マカロニソテー フルーツ(りんご缶)	御飯 メバルのバター醤油焼き なすのみそ炒め キャベツのわさび和え	御飯 豚肉のごまだれかけ さつま芋の甘煮 フルーツ(りんご缶)	★レタスチャーハン 鶏肉のピリ辛炒め 豆腐サラダ	御飯 白身魚のクリームソースかけ スナップエンドウのソテー 花野菜のサラダ
夕	御飯 豚肉とピーマンの塩炒め チンゲン菜の旨煮 もやしの和え物 中華スープ(卵・ねぎ)	御飯 さばの香味焼き  湯豆腐 菜の花の和え物 味噌汁(大根・椎茸)	御飯 揚げ豆腐のきのこあんかけ 小松菜と卵の炒め物 もやしともずくの和え物 お吸物(麩・豆苗)	御飯 卵とえびの中華炒め 春巻風 チンゲン菜とザーサイの和え物 中華スープ(豆腐・春雨)	御飯 魚の梅ソースかけ ひじきの炒り煮 いんげんのピーナッツ和え お吸物(青菜・椎茸)	御飯 オムレツ ミートソースかけ ほうれん草のソテー ツナサラダ コンソメスープ(ポテト・葉)	御飯 酢鶏風 焼きビーフン フルーツヨーグルト 中華スープ(冬瓜・コーン)
一日合計	1628kcal	1451kcal	1503kcal	1488kcal	1551kcal	1451kcal	1493kcal
	57.6g	59.5g	54.8g	62.9g	58.2g	63.5g	63.3g
	7.6g	7.4g	6.4g	7g	7.2g	6.6g	6.2g

・ ★はユニット炊飯がありません。 都合により献立変更することがあります



# 4月の献立

	4月29日 (木)	4月30日 (金)										
朝	御飯 厚揚げと切干大根の煮物 温泉卵 味噌汁(もやし・葉) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) ウインナーとマカロニのスープ ゼリー(アセロラ) ジャム(ピーナッツ) カルシウム牛乳										
	御飯 煮込みハンバーグ 青菜とコーンのソテー りんごとキャベツのサラダ	★焼きそば  水餃子 チンゲン菜の和え物										
夕	御飯 あじのねぎ塩焼き 肉じゃが オクラの生姜和え お吸物(素麺・錦糸卵)	御飯 さばの生姜焼き ごぼうサラダ フルーツ(みかん缶) お吸物(麩・ねぎ)										
一日合計	Iエネルギー	1480kcal	Iエネルギー	1477kcal								
	蛋白質	59.5g	蛋白質	57.6g								
	食塩	7.8g	食塩	7.3g								

★はユニット炊飯がありません。都合により献立変更することがあります