



4月の献立



	03月28日(月)	03月29日(火)	03月30日(水)	03月31日(木)	04月01日(金)	04月02日(土)	04月03日(日)
朝	黒糖食パン ミネストローネ ブロッコリーのドレッシング和え リンゴジュース	御飯 みそ汁(さつま芋・葱) オムレツ 青菜のごま和え 牛乳	御飯 みそ汁(里芋・若布) さつま揚げといんげんの炒め オクラのなめたけ和え 牛乳	御飯 みそ汁(もやし・水菜) 肉詰めいなりの煮物 なすのお浸し 野菜ジュース	卵雑炊 野菜炒め ブロッコリーのしらす和え 牛乳	御飯 みそ汁(大根葉・うずまき麩) 炒り豆腐 オクラのお浸し 牛乳	御飯 みそ汁(にら・しめじ) だし巻卵 ほうれん草のお浸し 牛乳
昼	ナポリタン コンソメスープ(ほうれん草・椎茸) なすとピーマンの炒め物 ピーチゼリー	豆ご飯 みそ汁(若布・長葱) 赤魚の煮付け じゃが芋の含め煮 選択食	御飯 みそ汁(冬瓜・大根葉) めばるの生姜醤油焼き レバーと玉葱の炒め物 うずら豆	御飯 お吸い物(とろろ・カワレ) 白身魚の和風ムニエル ごぼうの炒り煮 白菜ときゅうりの和え物	❀ お花見弁当 ❀ 赤飯/清汁(手毬麩・絹さや) ぶり照り焼き/煮しめ 焼売/トマト/ブロッコリー 菜種和え/練りきり(桜)	御飯 コンソメスープ(玉葱・コーン) 和風ハンバーグ(おろしソース) ベーコンとかいワウワの炒め物 もやしのサラダ	御飯 みそ汁(冬瓜・カワレ) 焼き魚の野菜あんかけ さつま芋と昆布の煮物 畑菜のごま和え
夕	御飯 みそ汁(豆腐・カワレ) ひき肉と厚揚げのみそ炒め さつま揚げとかぶの煮物 きゅうりとかにのゆず醤油和え	御飯 親子煮 えびとキャベツの炒め物 小松菜のお浸し コンポート(りんご)	御飯 かみなり豆腐 チンゲン菜の煮浸し かぶのしそ風味和え 納豆	御飯 回鍋肉 豆腐焼売 春雨サラダ コンポート(マンゴー)	御飯 肉野菜のバターポン酢蒸し かぼちゃの甘煮 小松菜のピーナッツ和え コンポート(パイナップル)	御飯 お吸物(ソーメン・葱) さわらのみりん焼き じゃが芋の含め煮 しろなの変わりマヨネーズ和え	御飯 彩り擬製豆腐 ひじきの煮物 白菜のわさび和え コンポート(みかん)
一日合計	エネルギー 1527kcal 蛋白質 45.3g 脂質 41.1g 炭水化物 250.4g 食塩 8.4g	エネルギー 1552kcal 蛋白質 61g 脂質 40.7g 炭水化物 245g 食塩 7.5g	エネルギー 1488kcal 蛋白質 64.5g 脂質 38g 炭水化物 234g 食塩 6.7g	エネルギー 1537kcal 蛋白質 52g 脂質 40.7g 炭水化物 248.4g 食塩 7.2g	エネルギー 1529kcal 蛋白質 60.1g 脂質 46.2g 炭水化物 228.9g 食塩 7.8g	エネルギー 1503kcal 蛋白質 52.9g 脂質 46.2g 炭水化物 227.2g 食塩 7.5g	エネルギー 1509kcal 蛋白質 61.6g 脂質 34.8g 炭水化物 249.1g 食塩 7.8g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は[]内のメニューとなります。



4月の献立





	04月04日(月)	04月05日(火)	04月06日(水)	04月07日(木)	04月08日(金)	04月09日(土)	04月10日(日)
朝	食パン マカロニのトマト煮 ポテトサラダ リンゴジュース	御飯 みそ汁(じゃが芋・カイル) 野菜つみれの煮物 オクラのなめたけ和え 牛乳	卵雑炊 さつま揚げと里芋の煮物 春菊の和え物 牛乳	御飯 みそ汁(畑菜・椎茸) オムレツ 大根サラダ 野菜ジュース	御飯 みそ汁(白玉麩・若布) ミートボール カリフラワーサラダ 牛乳	御飯 みそ汁(小松菜・しめじ) 肉詰めいなりの煮物 チンゲン菜のお浸し 牛乳	中華粥 黒酢の肉団子 付)野菜炒め 牛乳
昼	御飯 みそ汁(おつゆ麩・若布) 豚肉の生姜焼き 切干大根の炒め煮 浅漬け(かぶ)	御飯 みそ汁(油揚げ・玉葱) 白身魚の蒲焼 冬瓜の土佐煮 ブロッコリーの和風和え	☆ 春巻きの日 ☆ 御飯 中華スープ(卵・コーン) 麻婆豆腐/春巻き チンゲン菜の中華和え	味噌バターラーメン 肉焼売 うまい菜の中華和え ぶどうゼリー	御飯 みそ汁(さつま芋・えのき) 白身魚のさらさ焼き 里芋の煮物 白菜の生姜醤油和え	御飯 お吸物(ソメソメ・葱) 豚肉と野菜のオイスター炒め かぶの水晶煮 もやしのサラダ	☆ みんなの日曜日 ☆ たいめいけん特製ハヤシライス スペイン風オムレツ 付)ほうれん草ソテー ジョア
夕	十五穀米 お吸物(まいたけ・絹さや) 千草焼き なすとピーマンの炒め物 小松菜のおかか和え	御飯 鶏肉の葱塩焼き ごぼうの炒り煮 春雨のさっぱりサラダ 納豆	御飯 ぶりの七味焼き じゃが芋のバター炒め キャベツのゆかり和え コンポート(マンゴー)	御飯 さばの漬け焼き ひじきの五目煮 三色和え コンポート(パイン)	御飯 中華スープ(春雨・にら) 海老と厚揚げの旨煮 インゲンとひき肉の炒め物 オニオンサラダ	御飯 めだいのみそマヨ焼き ちくわとふきの煮物 きゅうりの塩昆布漬け フルーツ(オレンジ)	うなぎごはん かにの重ね蒸し おろし和え 抹茶プリン
一日合計	エネルギー 1590kcal 蛋白質 54.4g 脂質 51.7g 炭水化物 233g 食塩 6.7g	エネルギー 1495kcal 蛋白質 65g 脂質 36.7g 炭水化物 237g 食塩 7.8g	エネルギー 1544kcal 蛋白質 65g 脂質 50.4g 炭水化物 212.6g 食塩 7.5g	エネルギー 1552kcal 蛋白質 53.8g 脂質 47g 炭水化物 230.8g 食塩 8.7g	エネルギー 1514kcal 蛋白質 61.5g 脂質 42.1g 炭水化物 231.4g 食塩 7.6g	エネルギー 1568kcal 蛋白質 59.9g 脂質 55.6g 炭水化物 216g 食塩 7.7g	エネルギー 1554kcal 蛋白質 59.3g 脂質 52.2g 炭水化物 215.1g 食塩 7.5g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は[]内のメニューとなります。

4月の献立

	04月11日(月)	04月12日(火)	04月13日(水)	04月14日(木)	04月15日(金)	04月16日(土)	04月17日(日)
朝	キャロット食パン コンソメ煮 スナップエンドウのサラダ リンゴジュース	御飯 みそ汁(キャベツ・えのき) 厚揚げのねぎあんかけ いんげんのごま和え 牛乳	御飯 みそ汁(きぬさや・油揚げ) スクランブルエッグ カリフラワーの和風和え 牛乳	御飯 みそ汁(玉葱・若布) さつま揚げと冬瓜の治部煮 オクラのお浸し 野菜ジュース	御飯 みそ汁(大根・かぶ葉) 肉詰めいなりの煮物 なすのポン酢和え 牛乳	御飯 みそ汁(おつゆ麩・椎茸) 卵とじ 白菜のゆず醤油和え 牛乳	御飯 みそ汁(もやし・大根葉) お魚豆腐揚げの煮物 ブロッコリーの香味和え 牛乳
昼	ポークカレー ハムともやしの炒め物 コールスローサラダ ピーチゼリー	御飯 みそ汁(おつゆ麩・カイル) さわらの漬け焼き さつま芋の甘煮 ほうれん草の磯和え	御飯 みそ汁(うずまき麩・大根葉) 鶏肉の塩麴焼き なすの揚げ浸し 畑菜のピーナッツ和え	御飯 みそ汁(豆腐・若布) さばの味噌煮 れんこんきんぴら かにかまとやしの和え物	御飯 コンソメスープ(マッシュルーム・青菜) 豆腐ハンバーグ(チリソース) ジャーマンポテト フルーチェ(メロン)	チャーハン 中華スープ(卵・コーン) エビ焼売 チンゲン菜の中華和え	 イースター  ちらしずし 清汁(てまり麩・みつば) ぜんまい煮 吹雪饅頭
夕	御飯 清汁(てまり麩・みつば) 白身魚のきのこ蒸し つみれと冬瓜の煮物 白菜のからしマヨ和え	御飯 お吸物(ソメシメ・椎茸) 豚肉ときのこの炒め物 春雨の炒め物 浅漬け(きゅうり)	御飯 コンソメスープ(しろな・人参) ホキのムニエル ピーマンのソテー コンポート(りんご)	麦ご飯 豚肉とごぼうの柳川風 ちくわとふきの煮物 ブロッコリーとコーンのサラダ 長芋とろろ	御飯 赤魚の生姜煮 厚揚げと大根の味噌炒め きゅうりの塩昆布漬け うぐいす豆	御飯 お吸物(はんぺん・葱) 豆腐とツナのみそバター炒め 肉じゃが 香の物(しその実漬け)	御飯 鶏肉の山椒焼き かぶの含め煮 畑菜のお浸し 納豆
一日合計	エネルギー 1482kcal 蛋白質 48.5g 脂質 41.8g 炭水化物 230.1g 食塩 6.8g	エネルギー 1595kcal 蛋白質 59.2g 脂質 46.4g 炭水化物 245.1g 食塩 7.1g	エネルギー 1529kcal 蛋白質 60.4g 脂質 48g 炭水化物 225.7g 食塩 6.5g	エネルギー 1508kcal 蛋白質 56.2g 脂質 37.9g 炭水化物 242.1g 食塩 7.2g	エネルギー 1492kcal 蛋白質 53.8g 脂質 39.1g 炭水化物 237.5g 食塩 7.7g	エネルギー 1551kcal 蛋白質 61.4g 脂質 50.3g 炭水化物 223.7g 食塩 6.6g	エネルギー 1480kcal 蛋白質 59.2g 脂質 36.4g 炭水化物 238.3g 食塩 7.1g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は[]内のメニューとなります。

4月の献立

	04月18日(月)	04月19日(火)	04月20日(水)	04月21日(木)	04月22日(金)	04月23日(土)	04月24日(日)
朝	食パン クラムチャウダー かぼちゃサラダ リンゴジュース	卵雑炊 かぶのそぼろ煮 青菜の和え物 牛乳	御飯 みそ汁(豆腐・椎茸) ちくわの炒め煮 春菊のごま和え 牛乳	御飯 みそ汁(キャベツ・大根葉) 厚焼き卵 なすの和風サラダ 野菜ジュース	御飯 みそ汁(もやし・カワレ) 厚揚げの含め煮 白菜の生姜和え 牛乳	御飯 みそ汁(若布・えのき) 焼き豆腐と大根の煮物 いんげんのごま和え 牛乳	御飯 みそ汁(玉葱・カワレ) がんもと冬瓜の煮物 小松菜のわさび和え 牛乳
昼	鶏南蛮そば なすとピーマンの炒め物 白菜の青じそ和え オレンジゼリー	🍷世界の料理*キューバ🍷 御飯 コンソメスープ(卵・畑菜) フリカセ・デ・ポーヨ(トマト煮) 野菜サラダ/フラン(プリン)	チキンカレー 冬瓜のかにあんかけ もやしとにらのお浸し フルーチェ(ぶどう)	御飯 お吸物(はんぺん・葱) 鶏肉のごま醤油焼き れんこんのピリ辛炒め チゲン菜のごま醤油和え	御飯 みそ汁(うずまき・玉葱) 白身魚の照り焼き さつま芋の煮物 うずら豆	ふわっとたまご丼 きざみ昆布の炒り煮 畑菜のピーナッツ和え ジュース(アップル・キャロット)	御飯 みそ汁(かぶ・かぶ葉) ホキのチーズ焼き 里芋の煮物 キャベツの柚子サラダ
夕	御飯 みそ汁(もやし・カワレ) さばのみりん焼き 里芋の煮っころがし ミモザサラダ	御飯 中華風卵焼き 肉しゅうまい いんげんの中華マヨサラダ コンポート(パイ)	御飯 みそ汁(かぶ・かぶ葉) かみなり豆腐 畑菜の煮浸し 香の物(しば漬け)	御飯 たらの葱みそ焼き かぼちゃの煮物 小松菜の和え物 納豆	御飯 コンソメスープ(マッシュルーム・人参) チキンステーキ えびとかぶのコンソメ煮 ブロッコリーサラダ	御飯 お吸い物(ソメ・大根葉) さばの生姜煮 切干大根の炒め煮 ほうれん草のくるみ和え	御飯 中華スープ(春雨・コーン) 麻婆豆腐 かに焼売 しろなのナムル
一日合計	エネルギー 1565kcal 蛋白質 58.6g 脂質 44.5g 炭水化物 233.9g 食塩 7.9g	エネルギー 1468kcal 蛋白質 58.6g 脂質 44.8g 炭水化物 216.4g 食塩 6.2g	エネルギー 1553kcal 蛋白質 60.3g 脂質 44.4g 炭水化物 241.7g 食塩 7.9g	エネルギー 1478kcal 蛋白質 59.2g 脂質 35.7g 炭水化物 237g 食塩 7.7g	エネルギー 1496kcal 蛋白質 61.8g 脂質 35.5g 炭水化物 241.9g 食塩 6.9g	エネルギー 1494kcal 蛋白質 53.9g 脂質 39.4g 炭水化物 239.8g 食塩 7.7g	エネルギー 1578kcal 蛋白質 61.7g 脂質 49.6g 炭水化物 231.3g 食塩 7.3g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は[]内のメニューとなります。

4月の献立

	04月25日(月)	04月26日(火)	04月27日(水)	04月28日(木)	04月29日(金)	04月30日(土)	
朝	食パン マカロニのトマト煮 ポテトサラダ リンゴジュース	御飯 みそ汁(えのき・若布) 炒り豆腐 ほうれん草としらすの和え物 牛乳	御飯 みそ汁(おつゆ・しろな) だし巻卵 キャベツの辛子マヨ和え 牛乳	御飯 みそ汁(白玉・絹さや) さつま揚げと里芋の煮物 しろなのなめたけ和え 野菜ジュース	御飯 みそ汁(しめじ・かぶ葉) 野菜つみれの含め煮 菜の花のお浸し 牛乳	卵雑炊 じゃが芋のそぼろ炒め なすのおろし醤油和え 牛乳	
昼	サフランライス クリームシチュー アスパラのソテー オニオンサラダ	御飯 お吸物(まいたけ・絹さや) ひらすのバター醤油焼き きんぴらごぼう 小松菜のゆず風味和え	御飯 みそ汁(じゃが芋・玉葱) 鶏肉の葱塩炒め かぼちゃの甘煮 白菜の磯和え	御飯 中華スープ(うまい菜・長葱) 青椒肉絲 春雨の炒め物 杏仁ムース	☆ 昭和の日 ☆ けんちんうどん かに焼売 小松菜の錦糸和え 選択食	御飯 お吸い物(ソメ・カワレ) たらのフライ じゃが芋の煮物 ほうれん草のお浸し	
夕	御飯 みそ汁(うずまき・もやし) ぶりの塩麹焼き ひじきの煮物 畑菜のおかか和え	御飯 豚肉のにんにく醤油炒め 冬瓜のコンソメ煮 香の物(きゅうり漬) コンポート(みかん)	御飯 さわらの梅肉焼き れんこんの炒り煮 もやしの中華和え コンポート(りんご)	御飯 お吸物(ソメ・大根葉) 白身魚の南蛮漬 かぶの信田煮 畑菜の生姜醤油和え	御飯 五目卵焼き 冬瓜の土佐煮 かぼちと白菜の柚子醤油和え 納豆	御飯 ふくさ焼き さつま芋の煮物 いんげんの香味和え コンポート(パイ)	
一日合計	エネルギー 1464kcal 蛋白質 55.6g 脂質 36.8g 炭水化物 232.1g 食塩 6.9g	エネルギー 1508kcal 蛋白質 62.2g 脂質 45.1g 炭水化物 225.5g 食塩 6.3g	エネルギー 1570kcal 蛋白質 61.8g 脂質 43.7g 炭水化物 240.9g 食塩 7.1g	エネルギー 1466kcal 蛋白質 53.8g 脂質 31.9g 炭水化物 249.5g 食塩 7.6g	エネルギー 1525kcal 蛋白質 61.1g 脂質 47.6g 炭水化物 222g 食塩 8.1g	エネルギー 1534kcal 蛋白質 53g 脂質 45g 炭水化物 237.1g 食塩 6.9g	エネルギー kcal 蛋白質 g 脂質 g 炭水化物 g 食塩 g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は[]内のメニューとなります。