

# 月間献立表

日付	ソフト(A)						
	04月01日(火)	04月02日(水)	04月03日(木)	04月04日(金)	04月05日(土)	04月06日(日)	
朝	全粥 厚揚げの煮物 小松菜のピーナツ和え しそ昆布 みそ汁(さつま芋・かぶ菜) 牛乳	全粥 ちくわの甘辛煮 キャベツのおかか和え ふりかけ(うめ) みそ汁(大根・わか) 牛乳	パン粥 ジャム オムレツ 付けろコラー ほうれん草の磯和え コンソメスープ(もやし・ねぎ) 乳酸菌飲料	全粥 肉詰めいりの煮物 畑菜とかまぼこの和え物 ふりかけ(かつお) みそ汁(玉葱・しめじ) ヨーグルト	全粥 ひきわり納豆 白菜の煮出し のり佃煮 みそ汁(冬瓜・大根菜) 牛乳	全粥 厚揚げの煮物 チンゲン菜とちくわの和え物 ふりかけ(梅) みそ汁(里芋・かぶ菜) ヨーグルト	パン粥 ジャム 五目玉子 かぶの煮物 コンソメスープ(里芋・ねぎ) 牛乳
昼	全粥 赤魚の野菜あんかけ 切干大根の煮物 フルーツ盛り合わせ お吸物(花魁・貝割)	全粥 ハルビゲ デミソース 付けろ野菜 カリフラワーとホホアのカササゲ フルーツ缶(キウイ) コンソメスープ	全粥 あじの南蛮漬け じゃが芋の炒め煮 フルーツ缶(みかん) みそ汁(白菜・油揚げ)	全粥 牛肉のラー炒め かぶとえびの詰め煮 香の物(桜だいにん) みそ汁(小松菜・うずまき麺)	全粥 マトウダイのバター醤油焼き 付しろ豆 ほうれん草の鶏糸和え フルーツ(オレンジ) みそ汁(豆腐・わか)	全粥 鶏肉のケトルソース焼き 付けろカツ ほうれん草の和え物 フルーツ缶(バナナ) みそ汁(もやし・貝割)	全粥 鶏肉のケトルソース焼き 付けろカツ ほうれん草の和え物 フルーツ缶(バナナ) みそ汁(もやし・貝割)
15時食	全粥 豚肉の葱塩炒め チンゲン菜とえびの旨煮 ハンバーグ 香の物(しぼ漬)	全粥 白身魚の香草焼き 付けろスパントウ 冬瓜の洋風煮 わらのゆず醤油和え フルーツ缶(黄桃)	全粥 鶏肉の照り焼き 付けろいんげん 人参とさつま揚げの金平 フルーツ(バナナ) 昆布豆	全粥 干草焼き 和風あん) なすの煮物 キャベツの和え物 フルーツ缶(キウイ)	全粥 豚肉のボン酢炒め さつま芋と昆布の煮物 フルーツ缶(マンゴー) あみえび佃煮	全粥 たらの粕漬け焼き 付けろカツ かぼちゃの煮物 大根の和風和え フルーツ缶(りんご)	全粥 たらの粕漬け焼き 付けろカツ かぼちゃの煮物 大根の和風和え フルーツ缶(りんご)
エネルギー 蛋白質 食塩相当	1410kcal 61.8g 7.5g	1384kcal 48.0g 7.5g	1366kcal 59.7g 7.6g	1345kcal 63.4g 7.8g	1405kcal 62.0g 6.2g	1387kcal 58.7g 6.1g	
日付	04月07日(月)	04月08日(火)	04月09日(水)	04月10日(木)	04月11日(金)	04月12日(土)	04月13日(日)
朝	全粥 がんもの煮物 しろなとちくわの和え物 ふりかけ(うめ) みそ汁(キャベツ・うずまき麺) 乳酸菌飲料	全粥 炒り豆腐 二色浸し たいみそ みそ汁(玉葱・大根菜) ヨーグルト	全粥 厚焼き卵 付けろ大豆 チンゲン菜のお浸し ふりかけ(さけ) みそ汁(冬瓜・しめじ) 乳酸菌飲料	全粥 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草のごま醤油和え のり佃煮 みそ汁(かぶ・かぶ菜) 牛乳	パン粥 ジャム チンゲン菜とホホアのザー カリフラワーの香味和え コンソメスープ(もやし・貝割) 牛乳	全粥 さつま揚げの炒め煮 小松菜のおかか和え 山菜のみそ汁 みそ汁(かつお・大根菜) 牛乳	全粥 厚揚げの吉野煮 いんげんけの和風マヨネーズ和え ふりかけ(かつお) みそ汁(ゆめしめじ) 牛乳
昼	全粥 牛肉のハンソース煮 付けろバター ヨーグルトデザート ピカリス	全粥 さわらの木の芽焼き 付けろたまご 卵豆腐のくずあんかけ フルーツ缶(バナナ) とろろ茶そば	全粥 さばの煮付け 付けろ人参 菜の花の酢みそかけ フルーツ缶(バナナ) お吸物(うずまき麺・貝割)	全粥 八宝菜 焼売 杏仁フルーツ 中華スープ(春雨・わか)	全粥 しいらの和風ムニエル コーンクリーム 畑菜のお浸し フルーツ缶(バナナ) みそ汁(冬瓜・ねぎ)	お好み粥 洋風卵焼き コーンクリーム ゼリー コンソメスープ(ほうれん草・えのき)	全粥 黄金かきいりのおろし煮 付けろきぬぎや・人参 白すの炒め物 白菜と青菜のお浸し みそ汁(玉葱・椎茸)
15時食	全粥 まつの漬け焼き 付けろチンゲン菜 冬瓜とさつま揚げの詰め煮 フルーツ缶(キウイ) わかめ佃煮	全粥 鶏肉のチーフソース 付けろロコラー じゃが芋のラー炒め フルーツ缶(白根) 人参炒め	全粥 あじの七味焼き 付けろ小松菜 炒り鶏 フルーツ缶(キウイ) 香の物(しぼ漬)	全粥 肉豆腐 ピーナツ炒め 温風卵 フルーツ缶(黄桃)	全粥 ますの生姜醤油焼き 付けろスパントウ 切干大根の煮物 フルーツ缶(オレンジ) きゅうりの塩昆布和え	全粥 鶏肉の山椒焼き 付けろなるな 里芋の煮物 フルーツ缶(キウイ) カリフラワー	全粥 鶏肉の山椒焼き 付けろなるな 里芋の煮物 フルーツ缶(キウイ) カリフラワー
エネルギー 蛋白質 食塩相当	1392kcal 62.0g 7.1g	1388kcal 53.5g 7.1g	1331kcal 55.0g 7.0g	1470kcal 69.5g 7.1g	1502kcal 70.7g 6.7g	1402kcal 58.7g 7.8g	1443kcal 60.0g 7.6g
日付	04月14日(月)	04月15日(火)	04月16日(水)	04月17日(木)	04月18日(金)	04月19日(土)	04月20日(日)
朝	パン粥 ジャム しろすの卵とじ ほうれん草のわかじけ和え うめしお みそ汁(豆腐・わか) 牛乳	全粥 里芋のそぼろ煮 畑菜の磯和え たいみそ みそ汁(もやし・かぶ菜) ヨーグルト	パン粥 ジャム ウインナーソー カリフラワーの和風和え コンソメスープ(さつま芋・ねぎ) ヨーグルト	全粥 がんもの煮物 二色和え のり佃煮 みそ汁(冬瓜・かぶ菜) 牛乳	全粥 さつま揚げとじゃが芋の炒め煮 大根の炒め煮 ふりかけ(梅) みそ汁(小松菜・えのき) 乳酸菌飲料	全粥 和風スパウフルエッグ 白菜のおかか和え しそ昆布 みそ汁(里芋・かぶ菜) 牛乳	全粥 鶏の塩焼き 付けろおろし 畑菜のなめたけ和え ふりかけ(たご) みそ汁(冬瓜・大根菜) 牛乳
昼	全粥 チキンパン粉焼きとトマトボール 付けろキャベツ・トマト ソース 冬瓜の煮物 フルーツ缶(みかん) お吸物(花魁・貝割)	全粥 豚肉のゆず醤油炒め ミゼソウザゲ フルーツ缶(キウイ) みそ汁(小松菜・油揚げ)	全粥 春のかん玉あんかけ ほうれん草のピーナツ和え フルーツ缶(オレンジ) お吸物(しめじ・大根菜)	全粥 さばの生姜煮 付けろ人参・オクラ キャベツのゆかり和え フルーツ缶(バナナ) みそ汁(油揚げ・わか)	全粥 豆腐ハンバーグ 付けろキャベツ 付けろ人参・オクラ 菜の花の辛子煮 フルーツ缶(白根) みそ汁(かぶ・ねぎ)	全粥 揚げの塩麹焼き 付けろなるな ひじきの煮物 フルーツ缶(メックス) みそ汁(玉葱・椎茸)	全粥 さつまねそば 付けろ焼売 アロコリーのごまドレッシング和え ゼリー
15時食	全粥 赤魚の香味焼き 付けろそら豆 肉じゃが わらのえのきのボン酢和え フルーツ缶(バナナ)	全粥 白身魚のマスタード焼き 付けろいんげん 豆腐の煮付け フルーツ缶(マンゴー) 浅漬け(白菜)	全粥 さわらの漬け焼き 付けろスパントウ 大根と鶏肉の煮物 フルーツ缶(黄桃) 香の物(しぼ漬)	全粥 鶏肉のごまみそ焼き 付けろバナナ 里芋とちくわの詰め煮 フルーツ缶(バナナ) もずくときゅうりの酢の物	全粥 しいらのチーフソース焼き 付けろロコラー さつま芋と豚肉の金平 フルーツ缶(キウイ) あみえび佃煮	全粥 鶏肉のチーフソース焼き 付けろなるな 野菜と人参のトマト煮 フルーツ缶(キウイ) フルーツ缶(オレンジ)	全粥 ふくさ焼き 付けろ大豆 かぶとさつま揚げの煮物 フルーツ缶(バナナ) 香の物(青しその実漬)
エネルギー 蛋白質 食塩相当	1465kcal 62.0g 8.2g	1422kcal 60.0g 6.3g	1382kcal 52.7g 7.0g	1347kcal 58.8g 7.4g	1402kcal 52.0g 7.0g	1374kcal 55.9g 7.8g	1540kcal 66.5g 8.2g
日付	04月21日(月)	04月22日(火)	04月23日(水)	04月24日(木)	04月25日(金)	04月26日(土)	04月27日(日)
朝	全粥 ひきわり納豆 しろなとちくわの煮出し たいみそ みそ汁(もやし・わか) 牛乳	全粥 肉詰めいりの煮物 ほうれん草のお浸し ふりかけ(たご) みそ汁(じゃが芋・かぶ菜) 牛乳	パン粥 ジャム ミートボール 付けろ畑菜 ポテトサラダ コンソメスープ(玉葱・パセリ) 乳酸菌飲料	全粥 すみれと里芋の煮物 しろなのごま和え ふりかけ(かつお) みそ汁(大根・わか) ヨーグルト	パン粥 ジャム 卵とじ 付けろバナナ コンソメスープ(冬瓜・畑菜) 牛乳	全粥 厚揚げの治部煮 チンゲン菜とちくわの和え物 ふりかけ(梅) みそ汁(里芋・かぶ菜) ヨーグルト	パン粥 ジャム ウインナーとかぶの付けろ アロコリーの和風和え コンソメ(豆腐・ねぎ) 乳酸菌飲料
昼	全粥 鶏肉の梅肉焼き 付けろスパントウ きんぴらごぼう 菜の花のくるみ煮 お吸物(しめじ・貝割)	全粥 かきいりの焼き浸し 付けろ小松菜 なすの炒め物 フルーツ缶(バナナ) みそ汁(大根・ねぎ)	全粥 麻婆豆腐 春雨炒め フルーツ缶(バナナ) 中華スープ(もやし・大根菜)	全粥 豚肉ときのこの炒め物 キャベツのザラ フルーツ缶(キウイ) みそ汁(ほうれん草・油揚げ)	全粥 さばの味噌煮 付けろ長葱 小松菜の磯和え フルーツ缶(メックス) お吸物(うずまき麺・貝割)	全粥 かじにかまじり卵焼き 和風あん) 鶏肉と大根のオスター煮 みそ汁(しらね・えのき) おやつ(かスタードケーキ)	全粥 かじの生姜煮 付けろほうれん草 さつま芋きんぴら 香の物(桜だいにん) みそ汁(玉葱・わか)
15時食	全粥 赤魚の西京焼き 付けろかつ さつま芋と昆布の煮物 白菜のゆず醤油和え フルーツ缶(キウイ)	全粥 豚肉の玉葱ソース炒め 冬瓜のおかか煮 キャベツと沢庵の和え物 フルーツ缶(マンゴー)	全粥 ハルビの煮付け 付けろかぶ・人参 卵の花 青菜と桜えびの和え物 フルーツ缶(りんご)	全粥 マトウダイの照り焼き 付けろいんげん 白菜と鶏肉の旨煮 フルーツ缶(オレンジ) 昆布豆	全粥 鶏肉のケチャップ焼き 付けろスパントウ じゃまもと フルーツ缶(バナナ) ピカリス	全粥 白身魚の香味焼き 付けろ人参 なすの煮出し 白菜のボン酢和え フルーツ缶(黄桃)	全粥 回鍋肉 えび焼売 小松菜としめじの和え物 フルーツ缶(オレンジ)
エネルギー 蛋白質 食塩相当	1385kcal 59.4g 6.8g	1420kcal 61.3g 7.0g	1473kcal 58.5g 7.4g	1363kcal 59.5g 6.6g	1389kcal 59.1g 6.4g	1389kcal 54.3g 7.1g	1499kcal 59.6g 7.8g
日付	04月28日(月)	04月29日(火)	04月30日(水)				
朝	全粥 厚焼き卵 付けろスパントウ わらのえのきの和え物 たいみそ みそ汁(キャベツ・油揚げ) 乳酸菌飲料	全粥 大根とちくわの煮物 白菜の塩昆布和え うめしお みそ汁(しめじ・ねぎ) 牛乳	パン粥 ジャム 炒り豆腐 カリフラワーのごま醤油和え コンソメスープ(ほうれん草・玉葱) ヨーグルト				
昼	全粥 ソノ天から盛り合わせ 京風五目豆腐の詰め煮 菜の花のお浸し お吸物(花魁・ねぎ)	全粥 白身魚の薬種焼き 付けろいんげん 里芋とわかめの煮物 フルーツ缶(オレンジ) みそ汁(ゆめしめじ)	全粥 ポーランドソーザ フルーツ缶(いちご) しろなのザー				
15時食	全粥 鶏肉の塩麹焼き 付けろなるな 冬瓜のそぼろかけ フルーツ缶(マンゴー) 香の物(青しその実漬)	全粥 チーフハンバーグ 付けろロコラー スパントウ フルーツ缶(りんご) 人参炒め	全粥 しいらのムニエル ソース 付けろスパントウ・トマト かぶの佃煮 菜の花の酢みそかけ フルーツ缶(バナナ)				
エネルギー 蛋白質 食塩相当	1325kcal 51.7g 7.4g	1377kcal 49.9g 7.4g	1448kcal 62.9g 7.2g				

イベント食  
4/8(水) 花まつり X ニュー