

常食(A)

		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)	令和07年04月06日(日)	令和07年04月07日(月)						
朝	米(65) 豆腐煮 味噌汁(畑菜) 牛乳 ふりかけ(しそ)	パン(アンパン) スクランブルエッグ コンソメスープ(ホウレン草) 牛乳	米(65) キャベツと厚揚げ煮 味噌汁(さつまいも) 牛乳 ふりかけ(かつお)	米(65) だし巻たまご 味噌汁 牛乳 ふりかけ(野菜)	米(65) 炒り卵 味噌汁(豆腐) 牛乳 ふりかけ(さけ)	米(65) 卵サラダ 味噌汁(里芋) 牛乳	米(65) きゃべつのさつと煮 味噌汁(畑菜) 牛乳 ふりかけ(たらこ)							
昼	米(65) 鶏肉と大根の煮込み 野菜ソテー 味噌汁(しめじ) フルーツ(グレープFe)	米(65) 焼き肉風 かに卵 フルーツ(フルーツカクテル) お吸い物(花麩)	春野菜のスパゲッティ 炊き込みご飯 カニ焼売 デザート	米(65) 鯖のみりん漬け 付け合わせ ほうれん草の胡麻和え 杏仁豆腐 すまし汁	米(65) 鱈の照り焼き 付け合せ ポテトサラダ お吸い物(はんぺん) フルーツゼリー	米(65) 煮魚 付け合わせ(牛蒡・人参) スパゲティサラダ 味噌汁(小松菜) フルーツ(パイン缶)	米(65) 鶏肉と大豆の旨煮 サリナスとトマトのマリネ お吸い物(卵) フルーツ(白桃缶)							
15時食	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ							
夕	米(65) 南蛮漬け さつまいもと昆布の煮物 もろみみそ	米(65) 焼きサバ) 付け合わせ(ピーマン・さくらんぼ) 卵の花 のり佃煮	米(65) 野菜蒸し くず煮(豆腐) うめびしお	米(65) 鶏肉とじゃが芋煮 大根サラダ いりこみそ	米(65) カレームニエル(鶏肉) 付け合わせ なすのみそ炒め のり佃煮	米(65) 豚肉と野菜煮 おろし酢の物 たいみそ	米(65) 甘酢あん(魚) 豆腐の生姜煮 金山寺みそ							
	エネルギー	1533kcal	エネルギー	1616kcal	エネルギー	1510kcal	エネルギー	1516kcal	エネルギー	1535kcal	エネルギー	1596kcal	エネルギー	1545kcal
	蛋白質	50.6g	蛋白質	54.8g	蛋白質	49.6g	蛋白質	52.6g	蛋白質	51.6g	蛋白質	52.5g	蛋白質	54.4g
	食塩相当	5.9g	食塩相当	5.1g	食塩相当	5.3g	食塩相当	5g	食塩相当	4.8g	食塩相当	6g	食塩相当	4.9g

常食(A)

	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)	令和07年04月13日(日)	令和07年04月14日(月)
朝	米飯 じゃが芋煮 味噌汁(おつゆ麩) 牛乳 ふりかけ(しそ)	パン(チョコ) 煮豆(うぐいす豆) コンソメスープ(ホウレン草) 牛乳	米(65) おかか和え(白菜) 味噌汁(麩) 牛乳 ふりかけ(かつお)	米(65) あんかけ五目玉子 味噌汁(小松菜) 牛乳 ふりかけ(野菜)	米(65) がんも煮 味噌汁(さつま芋) 牛乳 ふりかけ(さけ)	米(65) お浸し(ホウレン草) 味噌汁(かぼちゃ) 牛乳 ふりかけ(たらこ)	米(65) ベーコンの野菜炒め 味噌汁(白菜) 牛乳 ふりかけ(のりたま)
昼	五目寿司 天ぷら盛り合わせ 煮物 桜(練りきり) 辛し味噌和え 煮豆(茶福豆)	米(65) すき焼き風 花野菜とたまごサラダ ゼリー お吸い物(巻麩)	スープカレー コールスローサラダ フルーツ(パイン缶)	米(65) わさびしょうゆ和え ブロッコリーと卵サラダ デザート(クレープ) お吸い物(京風五目豆腐)	米(65) 魚の白葱ソースかけ 白和え デザート 海老つみれ汁	米(65) スペイン風オムレツ ひじきの旨煮 フルーツカクテル 汁(ワカメ)	米(65) 豚肉と野菜炒め 卵サラダ オレンジゼリー 煮豆(金時豆)
15時食	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ
夕	米飯 ハンバーグ 付け合わせ 茄子のひたし もろみみそ	米(65) 生姜焼き(鯨) 付け合わせ・ピーマン・アボカド 炊き合わせ いりこみそ	米(65) 魚の塩焼き・ 付け合わせ(・ナス) 含め煮(かぼちゃ) たいみそ	米(65) 鶏肉と大根の煮物 さつまいものレモン煮 うめびしお	米(65) 筑前煮 豆腐と海老のとろみ煮 金山時味噌	米(65) 豚肉のトマトスープ ホウレンソウのもえ黄和え のり佃煮	米(65) 赤魚の塩焼き 冬瓜煮 もろみみそ
エネルギー	1559kcal	エネルギー 1600kcal	エネルギー 1549kcal	エネルギー 1526kcal	エネルギー 1512kcal	エネルギー 1535kcal	エネルギー 1576kcal
蛋白質	53.3g	蛋白質 55.3g	蛋白質 53.8g	蛋白質 54g	蛋白質 56.7g	蛋白質 50.9g	蛋白質 49.6g
食塩相当	6g	食塩相当 5.3g	食塩相当 6.4g	食塩相当 4.4g	食塩相当 5.4g	食塩相当 5.9g	食塩相当 6.7g

常食(A)

		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)	令和07年04月20日(日)	令和07年04月21日(月)					
朝	米(65) 厚揚げの五目煮 味噌汁(おつゆ麩) 牛乳 ふりかけ(しそ)	パン(クリーム) プレーンオムレツ スープ(白菜) 牛乳	米(65) 煮豆(昆布豆) 味噌汁 牛乳 ふりかけ(かつお)	米(65) 炒り卵 味噌汁(白菜) 牛乳 ふりかけ(野菜)	米(65) 煮豆腐 味噌汁(卵) 牛乳 ふりかけ(さけ)	米(65) 白いんげん豆煮 味噌汁(なす) 牛乳 ふりかけ(たらこ)	米(65) お浸し 味噌汁(じめじ) 牛乳 ふりかけ(しそ)						
昼	タコライス 角ポテトサラダ デザート わかめスープ	米(65) さんま蒲焼き 付け合わせ 豆腐サラダ ゼリー 味噌汁(小松菜)	長崎風あんかけ焼きそば 高菜むすび りんごとカワラワのサラダ ゼリー(いちご)	米(65) 煮込みハンバーグ 付け合わせ 五目煮 汁 デザート	米(65) 焼き肉サラダ さといもの土佐煮 お吸い物 フルーツゼリー	米(65) チキン照り焼き 卵サラダ フルーツ 味噌汁(ワカメ)	米(65) 魚の味噌煮 付け合わせ きんぴらごぼう 汁(卵) フルーツ						
15時食	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ						
夕	米(65) えびつみれと青梗菜煮 さつま芋甘煮 たいみそ	米(65) 肉じゃが 揚げなす のり佃煮	米(65) 酒蒸し 付け合わせ(菜の花) 大根のカニカマ煮 いりこみそ	米(65) 焼き魚の酢漬け ごま和え(ホウレン草) うめびしお	米(65) 西京焼き 付け合わせ(菜の花) 蒟の炒め煮 金山時味噌	米(65) ホッケの利休焼き うの花 たいみそ	米(65) 豚肉のごま風味炒め 長いもとろろ のり佃煮						
エネルギー	1586kcal	エネルギー	1519kcal	エネルギー	1565kcal	エネルギー	1501kcal	エネルギー	1522kcal	エネルギー	1567kcal	エネルギー	1516kcal
蛋白質	47.5g	蛋白質	42.1g	蛋白質	55.1g	蛋白質	47.3g	蛋白質	53.3g	蛋白質	53.7g	蛋白質	53.3g
食塩相当	6.1g	食塩相当	5.1g	食塩相当	5.9g	食塩相当	6.1g	食塩相当	6g	食塩相当	5.7g	食塩相当	5.2g

常食(A)

	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)	令和07年04月27日(日)	令和07年04月28日(月)
朝	米(65) だし巻卵 味噌汁(かぼちゃ) 牛乳 ふりかけ(のりたま)	パン(あん) コンソメスープ(玉葱) キャベツ炒め 牛乳	米(65) 煮浸し(小松菜) 味噌汁(じゃが芋) 牛乳 ふりかけ(かつお)	米(65) あげと大根煮 味噌汁(とろろ昆布) 牛乳 ふりかけ(野菜)	米(65) がんもの煮物 味噌汁(玉葱) 牛乳 ふりかけ(さけ)	米(65) 煮豆(大豆・金時豆) 味噌汁(卵) 牛乳 ふりかけ(たらこ)	米(65) あんかけ五目玉子 味噌汁(じゃがいも) 牛乳 ふりかけ(しそ)
昼	春野菜巻き寿司 桜海老と野菜のかき揚げ ゼリー お吸い物(菜の花)	米(65) 豚肉ときのこ炒め 含め煮(凍り豆腐) 汁(菜の花) ゼリー	米(65) 魚のフライ 付け合わせ(カラフル千 酢の物(春雨) フルーツ 汁(オクラ)	北海道ラーメン 帆立ご飯(ニ) いももち ゼリー	米(65) ホイコーロー ひじきの煮物(大豆入) お吸い物(花麩) フルーツ(洋梨缶)	米(65) 八宝菜 しゅうまい わかめスープ デザート	鶏南蛮うどん 稲荷寿司 ゼリー ごま和え
15時食	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ
夕	米(65) 幽庵焼き 付け合わせ ひじきの煮物(大豆入) いりこみそ	米(65) 煮付け 付け合わせ 里芋のそぼろ煮 うめびしお	米(65) すき焼き風 野菜の卵とじ もろみみそ	米(65) 煮付け(かれい) 付け合わせ(豆腐) 揚げなすの炒め煮 たいみそ	米(65) 塩焼き 付け合わせ おろし和え(酢風味) のり佃煮	米(65) 香味焼き(さば) 中華サラダ 金山寺みそ	米(65) 七味煮 付け合わせ(小松菜) スパゲティサラダ たいみそ
エネルギー	1639kcal	エネルギー 1507kcal	エネルギー 1556kcal	エネルギー 1619kcal	エネルギー 1525kcal	エネルギー 1528kcal	エネルギー 1582kcal
蛋白質	55.3g	蛋白質 56.3g	蛋白質 47.8g	蛋白質 49.7g	蛋白質 54g	蛋白質 57.7g	蛋白質 54.6g
食塩相当	6.9g	食塩相当 4.4g	食塩相当 5.1g	食塩相当 6.2g	食塩相当 5.5g	食塩相当 5.3g	食塩相当 5.9g

常食(A)

令和07年04月29日(火)		令和07年04月30日(水)											
朝	米(65) 白菜の胡麻和え 味噌汁(卵) 牛乳 ふりかけ(梅しそ)	パン(チョコ) ウインナーソテー コンソメスープ(ほうれん 牛乳											
昼	米(65) 酢豚 ポークシューマイ フルーツ(洋梨缶) お吸い物(豆腐)	米(65) とんかつ 辛子和え お吸い物(卵) フルーツ											
15時食	おやつ	おやつ											
夕	米(65) 焼魚のきのこ添え 磯和え うめびしお	米(65) 中華酢 スープ煮 肉シューマイ のり佃煮											
エネルギー	1510kcal	エネルギー	1523kcal	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	55.1g	蛋白質	53.6g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g
食塩相当	6.8g	食塩相当	5.8g	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