

	令和06年04月01日(月)	令和06年04月02日(火)	令和06年04月03日(水)	令和06年04月04日(木)	令和06年04月05日(金)	令和06年04月06日(土)	令和06年04月07日(日)
朝	御飯 味噌汁(玉葱・ワカメ) 厚揚げときのこの炒め煮 カリフラワーの梅おかか和え ヤクルト	御飯 味噌汁(南瓜・万能) 鶏肉と小松菜の煮びたし 納豆 ヤクルト	食パン スプレッド(いちご) スクランブルエッグ 牛蒡のサラダ フルーツ(りんご缶) 牛乳	御飯 味噌汁(揚げ・エリンギ) 豚挽肉とかぶの煮物 里芋の胡麻マヨ和え ヨーグルト	御飯 味噌汁(白菜・葉) 和風チャンプル 春菊のマヨ和え ヨーグルト	食パン スプレッド(いちご) ポトフ ブロッコリーとコーンのサラダ フルーツ(マンゴー缶) 牛乳	御飯 味噌汁(玉葱・麩) がんと冬瓜の煮物 卵の花 ヤクルト
昼	親子丼 清汁(ネギ・ワカメ) 牛ごぼう かぶサラダ	御飯 味噌汁(エノキ・春菊) 鯖の葱焼き さつま揚げと蕪の煮物 れんこんとひじきのごまサラ	野菜ラーメン 中華盛り合わせ フルーツ缶(カクテル)	御飯 コンソメスープ(白菜・カイワレ) 白身魚のマスタード焼き スパニッシュオムレツ 菜の花の和え物	御飯 コンソメスープ(青菜・エノキ) デミグラスハンバーグ じゃがいものたらこマヨ和え 春雨とツナのサラダ	御飯 味噌汁(芋・チンゲン菜) 照り焼きチキン 五目ひじき キャベツのサウザン和え	御飯 中華スープ(青菜・エノキ) 肉団子の甘酢あん カリフラワーとしめじのカレーソ 白菜のナムル
おやつ	味噌饅頭	かすてら饅頭	ちよぼちよぼクッキー	和のパンケーキ	そば饅頭	ドームケーキ	プリン
夕	キャロットライス コンソメスープ(エリンギ・チンゲン菜) スペイン風オムレツ コールスローサラダ いちごプリン	御飯 コンソメスープ(ジャガイモ・人参) ロールキャベツ ブロッコリーのペーコンソテー フルーツ(マンゴー缶)	御飯 味噌汁(里芋・豆苗) 鶏肉のネギ塩だれ 牛蒡の土佐煮 フルーツ(白桃缶)	御飯 味噌汁(揚げ・万能) 海老と春雨の炒め物 金平大根 煮豆(うぐいす豆)	御飯 コンソメスープ(エノキ・チンゲン菜) メルルーサのムニエル 車麩の煮物 ピーチゼリー	チャーハン 中華スープ(ネギ・木耳) 海老と卵のチリソース マンゴープリン	御飯 清汁(ツレ・サヤ) 鯖の味噌煮 チンゲン菜と牛肉の炒め パインゼリー
栄養価	エネルギー 1429kcal 蛋白質 51.7g 脂質 37.8g 食塩相当 8.1g	エネルギー 1404kcal 蛋白質 49.6g 脂質 30.1g 食塩相当 7.8g	エネルギー 1407kcal 蛋白質 62.7g 脂質 37.4g 食塩相当 7.1g	エネルギー 1600kcal 蛋白質 60g 脂質 52.7g 食塩相当 7.9g	エネルギー 1507kcal 蛋白質 51.1g 脂質 36.9g 食塩相当 7.2g	エネルギー 1521kcal 蛋白質 58.7g 脂質 36.6g 食塩相当 7.6g	エネルギー 1470kcal 蛋白質 56.5g 脂質 36g 食塩相当 8.1g

	令和06年04月08日(月)	令和06年04月09日(火)	令和06年04月10日(水)	令和06年04月11日(木)	令和06年04月12日(金)	令和06年04月13日(土)	令和06年04月14日(日)							
朝	御飯 味噌汁(麩・畑菜) 鱈の塩焼き 小松菜の生姜醤油和え ヨーグルト	食パン スプレッド(ブルーベリー) ウインナーとキャベツソテー マカロニサラダ フルーツ(パイン缶) 牛乳	御飯 味噌汁(揚げ・ワカメ) ジャーマンポテト 小松菜の醤油和え ヤクルト	食パン スプレッド(アピコット) ハムエッグ ほうれん草の和え物 フルーツ(りんご缶) 牛乳	御飯 味噌汁(揚げ・サヤ) 卵と野菜のソテー 畑菜のおかかマヨ和え ヤクルト	御飯 味噌汁(かぼちゃ・万能) 厚揚げのそぼろ炒め 春菊の和え物 ジョア	御飯 味噌汁(高野豆腐・葱) 挽肉と青菜の炒め ポテトサラダ ヨーグルト							
昼	天津井 味噌汁(エノキ・コマツナ) もやしのピリ辛炒め ブロッコリーのサラダ	クリームパスタ コンソメスープ フレンチサラダ フルーツ(マンゴー缶)	御飯 コンソメスープ(シロナ・豚挽肉) 白身魚のトマト煮 きのこソテー 小松菜の辛子マヨ和え	牛井 味噌汁(人参・葉) 白菜の浅漬け フルーツ(白桃缶)	さつまいもご飯 清汁(アサリ・ネギ) 肉じゃが 白和え フルーツ(マンゴー缶)	御飯 中華スープ(卵・木耳) 麻婆豆腐 春巻き 青菜の辛子和え	御飯 清汁(花麩・サヤ) 鶏の味噌マヨ焼き レンコンの炒め旨煮 ブロッコリーとハムのフレンチサ							
おやつ	どら焼き	ハッピーターン	クリームサンド	おはぎ	星たべよ	黒糖饅頭	コアラのマーチ							
夕	御飯 味噌汁(モヤシ・ワカメ) たらの煮付け 小松菜と挽肉の炒め物 フルーツ(りんご缶)	御飯 たまごスープ チキンのホワイトソースがけ 茄子の揚げ煮 マスカットゼリー	御飯 味噌汁(大根・ワカメ) 鶏肉の唐揚げ えびとインゲンの塩炒め いちごゼリー	御飯 味噌汁(豆腐・オクラ) さわらの塩焼き ごぼうとチキンの和風サラダ 煮豆(黒豆)	御飯 ワカメスープ 豚キムチ炒め ほうれん草とイカの醤油和え 杏仁豆腐	カニ風味丼 味噌汁(エノキ・コマツナ) 高野豆腐と冬瓜の煮物 カリフラワーのレモン和え	御飯 清汁(コーン・サヤ) 白身魚の甘酢あんかけ 里芋の含め煮 煮豆(白花豆)							
栄養価	エネルギー	1423kcal	エネルギー	1469kcal	エネルギー	1461kcal	エネルギー	1617kcal	エネルギー	1474kcal	エネルギー	1497kcal	エネルギー	1412kcal
	蛋白質	61.3g	蛋白質	50.6g	蛋白質	52.1g	蛋白質	62.3g	蛋白質	57g	蛋白質	58.3g	蛋白質	56.7g
	脂質	36.7g	脂質	44g	脂質	45.8g	脂質	56.6g	脂質	47.1g	脂質	38.6g	脂質	33.4g
	食塩相当	7.3g	食塩相当	7g	食塩相当	7.5g	食塩相当	7.3g	食塩相当	8.2g	食塩相当	8.3g	食塩相当	7.5g

	令和06年04月15日(月)	令和06年04月16日(火)	令和06年04月17日(水)	令和06年04月18日(木)	令和06年04月19日(金)	令和06年04月20日(土)	令和06年04月21日(日)
朝	食パン スプレッド(りんご) クリームポターージュ ブロッコリーのサウザンサラダ フルーツ(白桃缶) 牛乳	御飯 味噌汁(豆腐・万葱) 鶏団子の煮物 ほうれん草の胡麻マヨ和え ヤクルト	御飯 味噌汁(アサリ・万能) 卵とじ いんげんの柑橘和え ヨーグルト	食パン スプレッド(チョコ) ミネストローネ ブロッコリーとエビのサラダ フルーツ(りんご缶) 牛乳	御飯 味噌汁(白菜・青菜) 炒り豆腐 畑菜とキノコのマヨ和え ヤクルト	御飯 味噌汁(シメジ・青菜) 車麩の煮物 二色野菜のカニカマ和え ヤクルト	食パン スプレッド(アプロコット) ミートボール 大根サラダ フルーツ(白桃缶) 牛乳
昼	御飯 味噌汁(豆苗・豆腐) 白身魚のフライ 里芋のにっころがし 青りんごゼリー	ピラフ クリームシチュー イタリアンサラダ フルーツ(マンゴー)	御飯 コンソメスープ(白菜・人参) 鱈の菜種焼き 畑菜の煮びたし 人参サラダ	御飯 コンソメスープ(えのき・万能) 鶏肉のピカタ 小松菜ソテー カリフラワーのフレンチ和え	カレー(チキンカツ) コンソメスープ(人参・青菜) チキンカツ ブロッコリーのレモン和え	御飯 オニオンスープ かじきのマヨネーズ焼き 白滝と木耳の炒め 大根とハムのサラダ	肉うどん ちくわ磯辺天 白菜の辛子和え
おやつ	酒まんじゅう	チョコパン	炭酸饅頭	カスタードケーキ	マドレーヌ	チョコパイ	バウムクーヘン
夕	御飯 味噌汁(豆腐・葉) 豚肉とピーマンのオイスター炒め 海老焼売 白菜とチキンのサウザンサラダ	御飯 つみれ汁 厚揚げとえびの旨煮 ほうれん草の和え物 フルーツ(カクテル缶)	御飯 かき卵汁 和風酢豚 野菜ギョウザ マスカットゼリー	御飯 味噌汁(芋・葉) 魚と野菜の吹き寄せ煮 とろろ 抹茶ババロア	御飯 清汁(ネギ・人参) さけの味噌焼き 昆布と里芋の煮物 うぐいす豆	御飯 味噌汁(モヤシ・葉) 鶏肉の治部煮 えびとキャベツの炒め 煮豆(うぐいす豆)	御飯 中華スープ(卵・椎茸) 豚肉のとろとろ甘酢炒め 焼売 フルーツ(マンゴー缶)
栄養価	エネルギー 1581kcal 蛋白質 63.3g 脂質 39.7g 食塩相当 8g	エネルギー 1456kcal 蛋白質 49.5g 脂質 33.7g 食塩相当 8.1g	エネルギー 1570kcal 蛋白質 65.4g 脂質 43.6g 食塩相当 8.1g	エネルギー 1453kcal 蛋白質 62.7g 脂質 33.2g 食塩相当 7.2g	エネルギー 1452kcal 蛋白質 50g 脂質 39.4g 食塩相当 7.9g	エネルギー 1460kcal 蛋白質 52.3g 脂質 42.9g 食塩相当 7.9g	エネルギー 1541kcal 蛋白質 61.9g 脂質 46.5g 食塩相当 8g

	令和06年04月22日(月)	令和06年04月23日(火)	令和06年04月24日(水)	令和06年04月25日(木)	令和06年04月26日(金)	令和06年04月27日(土)	令和06年04月28日(日)
朝	御飯 味噌汁(ツレ・万能) 肉詰めいなり 白菜の青じそサラダ ジョア	御飯 味噌汁(高野・畑菜) 鱈の塩焼き 春菊のわさび和え ヤクルト	食パン スプレッド(いちご) ほうれん草とあさりのバターソ ブロッコリーとツナのサラダ フルーツ(カクテル) 牛乳	御飯 味噌汁(揚げ・葉) かぶと鶏肉の煮物 オクラのポン酢和え ヨーグルト	食パン スプレッド(ブルーベリー) コーンスープ カリフラワーとしめじのサラダ フルーツ(りんご缶) 牛乳	御飯 味噌汁(白菜・豆苗) いわしの蒲焼 春菊の和え物 ヤクルト	御飯 味噌汁(アサリ・カイワレ) 五目煮豆 小松菜のごま和え ヤクルト
昼	御飯 コンソメスープ(玉ねぎ・パセリ) タンドリーチキン ツナポテト カラフルサラダ	御飯 清汁(トロ昆布・春菊) フライ盛合わせ さつまいも甘露煮 もやしとほうれん草のサラダ	☆ご当地メニュー☆ はらこ飯 きのこ汁 茄子の柚子味噌がけ さつま芋と春菊の白和え	御飯 味噌汁(白菜・シロナ) ホキの揚げ煮 チキンともやしの炒め インゲンの三杯酢	御飯 中華スープ(万能・ワカメ) 八宝菜 二色焼売 いんげんとツナのマヨ和え	御飯 清汁(アサリ・春菊) 豆腐ハンバーグ きざみ昆布の煮物 小松菜のわさびマヨネーズ和	御飯 豚汁 ぶりの山椒焼き 焼きビーフン フルーツ(りんご缶)
おやつ	レモンケーキ	ソフトサラダ	メロンパン	焼きドーナツ	水まんじゅう	まがりせんべい	上用饅頭
夕	御飯 味噌汁(麩・葉) さわらのみぞれがけ 里芋のごま煮 煮豆(うぐいす豆)	御飯 清汁(素麺・シロナ) 豚肉の味噌炒め ブロッコリーの中華和え 煮豆(白花豆)	御飯 清汁(素麺・青菜) カレイの胡麻焼き 揚げだし豆腐 フルーツ(りんご缶)	御飯 味噌汁(大根・葉) 肉豆腐 春雨サラダ フルーツ(マンゴー缶)	御飯 味噌汁(大根・葉) 豚ロースのバター醤油焼き 冬瓜のくず煮 煮豆(白花豆)	御飯 中華スープ(卵・パセリ) 牛肉の韓国風炒め ナムル フルーツ(リンゴ缶)	いなり寿司 清汁(ツレ・畑菜) 山菜の含め煮 ほうれん草のおかか和え
栄 養 価	エネルギー 1423kcal 蛋白質 62.5g 脂質 30.9g 食塩相当 8.3g	エネルギー 1416kcal 蛋白質 50.2g 脂質 29.6g 食塩相当 7.5g	エネルギー 1482kcal 蛋白質 63.3g 脂質 42.9g 食塩相当 7g	エネルギー 1470kcal 蛋白質 55.7g 脂質 42.5g 食塩相当 8.3g	エネルギー 1541kcal 蛋白質 58.7g 脂質 43.4g 食塩相当 7.4g	エネルギー 1437kcal 蛋白質 53.8g 脂質 43.6g 食塩相当 7.2g	エネルギー 1428kcal 蛋白質 53.2g 脂質 33.5g 食塩相当 8.8g

