

		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)						
朝		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(揚げ・サヤ) 鶏団子の煮物 キャベツの和え物 ヤクルト	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(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	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(豆腐・万葱) 卵と野菜のソテー ほうれん草の胡麻マヨ和え ヤクルト						
昼		御飯 コンソメスープ(白菜・人参) 鱈の菜種焼き レンコンの炒め旨煮 人参サラダ	御飯 清汁(アサリ・春菊) 豆腐ハンバーグ 牛ごぼう 小松菜のわさびマヨネーズ和	たけのこご飯 清汁(アサリ・ネギ) 肉じゃが 白和え(ひじき) ピーチゼリー	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(サツマ芋・万能) 鱈のキノコあんかけ えびとインゲンの塩炒め かぼちゃサラダ	牛丼 味噌汁(白玉・葉) 白菜の浅漬け フルーツ(白桃缶)						
おやつ		どら焼き	焼きドーナツ	練り切り(桜)	バウムクーヘン	おはぎ	黒糖饅頭						
夕		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 味噌汁(芋・チンゲン菜) 鶏肉のごま味噌焼き 五目ひじき いちごゼリー	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サンサラダ	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 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 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)						
栄養 価		エネルギー	1567kcal	エネルギー	1446kcal	エネルギー	1537kcal	エネルギー	1520kcal	エネルギー	1507kcal	エネルギー	1566kcal
		蛋白質	62.8g	蛋白質	51.6g	蛋白質	59.5g	蛋白質	59g	蛋白質	59.9g	蛋白質	57.1g
		脂質	41.7g	脂質	38.1g	脂質	46.3g	脂質	45g	脂質	40.6g	脂質	47.8g
		食塩相当	7.8g	食塩相当	8.6g	食塩相当	8.5g	食塩相当	7g	食塩相当	7.8g	食塩相当	8.1g

	令和07年04月07日(月)		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)	
朝	食パン スプレッド(いちご) スクランブルエッグ ブロッコリーとツナのサラダ フルーツ(りんご缶) 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		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		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		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(洋梨缶) 牛乳		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(揚げ・葉) 豆腐とカニのあん煮 かぶの青じそ和え ヤクルト	
昼	焼きそば コンソメスープ フレンチサラダ フルーツ(洋梨缶)		御飯 コンソメスープ(白菜・人参) 鮭のガーリックバター醤油 かぶのつや煮 春菊のポン酢和え		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		キーマカレー コンソメスープ(人参・青菜) ブロッコリーのレモン和え フルーツ(りんご缶)		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 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 カラフルサラダ		肉そば ちくわ磯辺天 白菜の辛子和え	
おやつ	ロアンヌ		ソフトサラダ		そば饅頭		マドレーヌ		ドームケーキ(アン)		チョコパイ		チョコレート饅頭	
夕	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 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(洋梨缶)		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		御飯 清汁(ネギ・人参) さわらの味噌焼き 昆布と里芋の煮物 うぐいす豆		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(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 味噌汁(揚げ・ワカメ) ぶりの香味焼き 茄子の炒め煮 菜の花のマヨ和え	
栄養価	エネルギー	1552kcal	エネルギー	1474kcal	エネルギー	1482kcal	エネルギー	1498kcal	エネルギー	1586kcal	エネルギー	1510kcal	エネルギー	1532kcal
	蛋白質	60.9g	蛋白質	58.8g	蛋白質	57.1g	蛋白質	57.2g	蛋白質	53.1g	蛋白質	59.3g	蛋白質	59g
	脂質	48.8g	脂質	38.2g	脂質	31.1g	脂質	38.9g	脂質	43.3g	脂質	44.3g	脂質	53.1g
	食塩相当	8.9g	食塩相当	7.6g	食塩相当	7.2g	食塩相当	8.1g	食塩相当	6.6g	食塩相当	8.9g	食塩相当	9.3g

	令和07年04月14日(月)		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)	
朝	食パン スプレッド(りんご) クリームポタージュ 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(高野豆腐・葱) 挽肉と青菜の炒め ポテトサラダ ヨーグルト		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(アプロコット) 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(アサリ・カイワレ) 五目煮豆 小松菜のごま和え 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(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	
昼	御飯 味噌汁(里芋・万能) チキンの焼き南蛮 ポークビーンズ キャベツのからし和え		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 味噌汁(豆腐・葉) 豚肉ともやしの塩麹炒め 炊き合わせ 小松菜の辛子マヨ和え		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 大根とハムのサラダ		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 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	
おやつ	レモンケーキ		炭酸饅頭		ホワイトロリータ		星たべよ		クリームサンド		水まんじゅう		ハッピーターン	
夕	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 味噌汁(エノキ・春菊) 鯖の味噌煮 さつま揚げと蕪の煮物 ブロッコリーのサラダ		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)		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 かき卵汁 和風酢豚 野菜ギョウザ キャベツのサウザン和え		御飯 清汁(ツレ・サヤ) 鯖の葱焼き チンゲン菜と牛肉の炒め パインゼリー		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	1556kcal	エネルギー	1423kcal	エネルギー	1429kcal	エネルギー	1557kcal	エネルギー	1535kcal	エネルギー	1511kcal	エネルギー	1515kcal
	蛋白質	66.2g	蛋白質	61.6g	蛋白質	52.1g	蛋白質	67.6g	蛋白質	56.4g	蛋白質	57.7g	蛋白質	62.3g
	脂質	40.1g	脂質	36.1g	脂質	43.1g	脂質	56.5g	脂質	48.9g	脂質	33.7g	脂質	46.3g
	食塩相当	8.1g	食塩相当	7.9g	食塩相当	7.7g	食塩相当	7.4g	食塩相当	7.4g	食塩相当	7.7g	食塩相当	8.6g

	令和07年04月21日(月)	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)							
朝	御飯 味噌汁(豆腐・青菜) 鮭の塩焼き 春菊の和え物 ヤクルト	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	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 牛蒡のサラダ フルーツ(カクテル) 牛乳	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(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(アプリコット) スナップエンドウとペーコンのソテー フレンチサラダ フルーツ(りんご缶) 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							
昼	ピラフ クリームシチュー イタリアンサラダ フルーツ(洋梨缶)	そぼろ丼 清汁(ネギ・ワカメ) きざみ昆布の煮物 かぶサラダ	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)	野菜ラーメン 中華盛り合わせ フルーツ缶(カクテル)	☆ご当地メニュー☆ 御飯 味噌汁(大根・葉) 肉豆腐 ブロッコリーのサラダ フルーツ(洋梨缶)	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	【みんなの日曜日】 野菜ピラフ たいめいけんグラタン(SF) ほうれん草とたまごの炒め物 ぶどうゼリー							
おやつ	ルマンド	和のパンケーキ	まがりせんべい	ちょぼちょぼクッキー	味噌饅頭	酒まんじゅう	ぼたぼた焼き							
夕	ゆかりご飯 味噌汁(南瓜) 擬制豆腐 きんぴられんこん フルーツ(白桃缶)	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 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 畑菜の煮びたし ブロッコリーとハムのフレンチサ	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)	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(洋梨缶)	【みんなの日曜日】 天津飯 海鮮焼売 青梗菜のナムル フルーツ(洋梨缶)							
栄養価	エネルギー	1423kcal	エネルギー	1402kcal	エネルギー	1497kcal	エネルギー	1509kcal	エネルギー	1529kcal	エネルギー	1494kcal	エネルギー	1514kcal
	蛋白質	46.4g	蛋白質	48.4g	蛋白質	63.9g	蛋白質	64g	蛋白質	59.6g	蛋白質	43.5g	蛋白質	39.7g
	脂質	33.9g	脂質	37.9g	脂質	39.2g	脂質	44.5g	脂質	41.9g	脂質	35.6g	脂質	44.3g
	食塩相当	7.5g	食塩相当	8.7g	食塩相当	7.3g	食塩相当	7.9g	食塩相当	7.9g	食塩相当	6.9g	食塩相当	7.2g

	令和07年04月28日(月)		令和07年04月29日(火)		令和07年04月30日(水)							
朝	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		御飯 味噌汁(白菜・豆苗) いわしの蒲焼 カリフラワーのゆずしょうゆ和え ヤクルト		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							
昼	豚丼 味噌汁(白玉・葉) 白菜のサラダ フルーツ(白桃缶)		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)		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							
おやつ	カスタードケーキ		上用饅頭		ケーキ(レアチーズ)							
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)		天津丼 味噌汁(エノキ・コマツナ) もやしのピリ辛炒め れんこんとひじきのごまサラ		御飯 清汁(素麺・シロネ) 豚肉の味噌炒め ブロッコリーの中華和え 煮豆(白花豆)							
栄養 価	エネルギー	1544kcal	エネルギー	1498kcal	エネルギー	1559kcal						
	蛋白質	51.3g	蛋白質	61.1g	蛋白質	62.1g						
	脂質	49.9g	脂質	41.1g	脂質	48.9g						
	食塩相当	7.5g	食塩相当	8.3g	食塩相当	7g						

