予定献立表

	4月1日（水）	4月2日（木）	4月3日（金）	4月4日（土）
朝食	ご飯 厚揚げとかぶの含め煮 金山寺みそ みそ汁(さつま芋･大根葉) カルシウム牛乳	ご飯 お魚ソーセージの炒め物 ふりかけ(たまご) みそ汁(豆腐･かぶ葉) カルシウム牛乳	ご飯 オムレツ 付)ブロッコリー たいみそ みそ汁(もやし･ねぎ) カルシウム牛乳	ご飯 さつま揚げと青菜の炒め煮 ふりかけ(さけ) みそ汁(玉葱･しめじ) カルシウム牛乳
昼食	豆御飯 赤魚の野菜あんかけ 菜の花のピーナッツ和え フルーツ（オレンジ） お吸物(花麩･貝割)	ご飯 ハンバーグ カリフラワーとカニカマのサラダ フルーツ缶(キウイ) コーンポタージュ	ご飯 あじの七味焼き 里芋とちくわの炒め煮 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(白菜･大根葉)	ご飯 豚肉のカレー炒め かぶとえびの含め煮 抹茶ゼリー みそ汁(小松菜･うずまき麩)
おやつ	蒸しパンケーキ	梨ゼリー	プリン	黒糖饅頭
夕食	ご飯 豚肉の葱塩炒め 青梗菜とえびの旨煮 パンプキンサラダ	ご飯 しいらのバジル焼き 付)ピーマン 冬瓜の洋風煮 オクラのゆず醤油和え	ご飯 鶏肉の唐揚げ 付)いんげん ぜんまい煮 ほうれん草の白和え	ご飯 千草焼き なすの煮物 カリフラワーの和え物
栄養価	エネルギー 1667kcal タンパク質 70.4ｇ 食塩相当量 7.6ｇ	エネルギー 1523kcal タンパク質 57ｇ 食塩相当量 7.3ｇ	エネルギー 1584kcal タンパク質 65ｇ 食塩相当量 7.0ｇ	エネルギー 1647kcal タンパク質 70.5ｇ 食塩相当量 7.4ｇ

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。

予定献立表

	4月5日（日）	4月6日（月）	4月7日（火）	4月8日（水）	4月9日（木）	4月10日（金）	4月11日（土）
朝食	ご飯 じゃが芋のそぼろ炒め うめびしお みそ汁(冬瓜・大根葉) カルシウム牛乳	ご飯 お揚げの卵とじ ふりかけ(かつお) みそ汁(小松菜・えのき) カルシウム牛乳	バターロール（ﾏｰｶﾞﾘﾝ） がんもとかぶの煮物 みそ汁(しろな・うずまき麩) カルシウム牛乳 (パン禁：金山寺みそ)	ご飯 炒り豆腐 ふりかけ(さけ) みそ汁(玉葱・大根葉) カルシウム牛乳	ご飯 厚焼き卵 付)畑菜 のり佃煮 みそ汁(冬瓜・しめじ) カルシウム牛乳	ご飯 豆腐のそぼろ煮 ふりかけ(たまご) みそ汁(里芋・かぶ葉) カルシウム牛乳	ご飯 青梗菜とベーコンの炒め物 ふりかけ(たらこ) みそ汁(もやし・貝割) カルシウム牛乳
昼食	ご飯 マトウダイのバター醤油焼き ほうれん草の錦糸和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(豆腐・ワカメ)	ご飯 鶏肉のタルタル焼き ツナとブロッコリーの和え物 フルーツ(パイン) みそ汁(もやし・かぶ葉)	ハヤシライス ポテトサラダ ヨーグルトデザート ピクルス	たけのこ御飯 さわらの木の芽焼き 卵豆腐のくずあんかけ フルーツ(オレンジ) とろろ茶そば	ご飯 さばの煮付け 菜の花の酢みそがけ フルーツ(バナナ) お吸物(うずまき麩・貝割)	ご飯 八宝菜 焼売 フルーツ缶(キウイ) 中華ｽｰﾌﾟ（春雨・ワカメ）	ご飯 あじの南蛮漬け なすの揚げ浸し フルーツ缶(黄桃) みそ汁(冬瓜・ねぎ)
おやつ	シュークリーム	青りんごゼリー	チョコ菓子	杏仁デザート	おまんじゅう	白い風船	抹茶プリン
夕食	ご飯 豚肉のポン酢炒め さつま芋と昆布の煮物 二色浸し	ご飯 白身魚の野菜あんかけ 付)いんげん かぼちゃの煮物 大根の香味和え	ご飯 ほっけの漬け焼き 付)オクラ ふきの煮物 ほうれん草のごま和え	ご飯 メンチカツ 付)温野菜 きんぴらごぼう 白菜のさっぱり和え	ご飯 鶏肉のチーズソース 付)いんげん ジャーマンポテト カリフラワーサラダ	ご飯 しいらの和風ムニエル 付)ブロッコリー 炒り鶏 キャベツのゆかり和え	ご飯 肉豆腐 温泉卵 畑菜のおかか和え
栄養価	エネルギー 1575kcal タンパク質 65.4ｇ 食塩相当量 7.1ｇ	エネルギー 1549kcal タンパク質 61.7ｇ 食塩相当量 6.2ｇ	エネルギー 1667kcal タンパク質 68.5ｇ 食塩相当量 8.0ｇ	エネルギー 1506kcal タンパク質 63.4ｇ 食塩相当量 8.2ｇ	エネルギー 1525kcal タンパク質 66.8ｇ 食塩相当量 6.9ｇ	エネルギー 1603kcal タンパク質 77.3ｇ 食塩相当量 6.8ｇ	エネルギー 1587kcal タンパク質 71.8ｇ 食塩相当量 7.0ｇ

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。

予定献立表

	4月12日（日）	4月13日（月）	4月14日（火）	4月15日（水）	4月16日（木）	4月17日（金）	4月18日（土）
朝食	ご飯 さつま揚げの炒め煮 たいみそ みそ汁(さつま芋・長葱) カルシウム牛乳	ご飯 厚揚げとかぶの含め煮 ふりかけ(さけ) みそ汁(畑菜・玉葱) カルシウム牛乳	クリームパン 卵とじ みそ汁(豆腐・ワカメ) カルシウム牛乳 (パン禁：金山寺みそ)	ご飯 里芋のそぼろ煮 うめびしお みそ汁(もやし・かぶ葉) カルシウム牛乳	ご飯 ウインナーソテー ふりかけ(かつお) みそ汁(さつま芋・ねぎ) カルシウム牛乳	ご飯 がんもと大根の煮物 のり佃煮 みそ汁(玉葱・うずまき麩) カルシウム牛乳	ご飯 さつま揚げとじゃが芋の炒め煮 ふりかけ(しそ) みそ汁(ほうれん草・えのき) カルシウム牛乳
昼食	ホタテのピラフ 洋風卵焼き コールスローサラダ いちごゼリー コンソメスープ(小松菜・えのき)	ご飯 黄金かれいのおろし煮 ビーフン炒め フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(白菜・貝割)	ご飯 チキンカツ 冬瓜のくず煮 フルーツ(オレンジ) みそ汁(ほうれん草・うずまき麩)	ご飯 豚肉のゆず醤油炒め ミモザサラダ フルーツ缶(ミックス) みそ汁(小松菜・油揚げ)	春のたまご丼 ほうれん草のピーナッツ和え フルーツ缶(黄桃) お吸物(冬瓜・大根葉)	ご飯 さばの生姜煮 南瓜のごま和え フルーツ(バナナ) みそ汁(白菜・油揚げ)	ちらし寿司 冬瓜と鶏肉の煮物 菜の花のおかか和え フルーツ(パイン) お吸物(椎茸・貝割)
おやつ	クレープ	おまんじゅう	やわらかおかき	梨ゼリー	シュークリーム	野菜ゼリー	プリン
夕食	ご飯 ますの生姜醤油焼き 付)オクラ 切干大根の煮物 ほうれん草としめじの和え物	ご飯 鶏肉の玉葱ソース 付)青梗菜 里芋の煮っころがし いんげんの和風ﾏﾖﾈｰｽﾞ和え	ご飯 赤魚の香味焼き 付)そら豆 肉じゃが ｵｸﾗとえのきのﾎﾟﾝ酢和え	ご飯 白身魚のマスタード焼き 付)いんげん 高野豆腐の含め煮 畑菜の磯和え	ご飯 さわらの漬け焼き 付)しろな 筍と鶏肉の煮物 カリフラワーサラダ	ご飯 鶏肉のみそマヨ焼き 付)畑菜 里芋とちくわの含め煮 もずくときゅうりの酢の物	ご飯 豆腐ハンバーグ 付)人参グラッセ・パスタ れんこんきんぴら ブロッコリーとツナのサラダ
栄養価	エネルギー 1526kcal タンパク質 63.6ｇ 食塩相当量 7.9ｇ	エネルギー 1600kcal タンパク質 65.1ｇ 食塩相当量 7.2ｇ	エネルギー 1482kcal タンパク質 62.1ｇ 食塩相当量 7.3ｇ	エネルギー 1594kcal タンパク質 70.7ｇ 食塩相当量 6.9ｇ	エネルギー 1532kcal タンパク質 63.1ｇ 食塩相当量 7.2ｇ	エネルギー 1505kcal タンパク質 62.8ｇ 食塩相当量 6.8ｇ	エネルギー 1578kcal タンパク質 62.7ｇ 食塩相当量 8.4ｇ

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。

予定献立表

	4月19日（日）	4月20日（月）	4月21日（火）	4月22日（水）	4月23日（木）	4月24日（金）	4月25日（土）
朝食	ご飯 和風スクランブルエッグ しそ昆布 みそ汁(小松菜・おつゆ麩) カルシウム牛乳	ご飯 ちくわとかぶの含め煮 ふりかけ(さけ) みそ汁(里芋・しめじ) カルシウム牛乳	黒糖ロール（ﾏｰｶﾞﾘﾝ） 青梗菜とベーコンの炒め物 みそ汁(もやし・ﾜｶﾒ) カルシウム牛乳 (パン禁：たいみそ)	ご飯 肉詰めいなりの煮物 ふりかけ(たまご) みそ汁(かぶ・かぶ葉) カルシウム牛乳	ご飯 ミートボール 付)青梗菜 のり佃煮 みそ汁(じゃが芋・ねぎ) カルシウム牛乳	ご飯 炒り豆腐 ふりかけ(かつお) みそ汁(玉葱・かぶ葉) カルシウム牛乳	ご飯 卵とじ 金山寺みそ みそ汁(冬瓜・畑菜) カルシウム牛乳
昼食	ご飯 ほっけの塩麹焼き ひじきの煮物 フルーツ缶(ミックス) みそ汁(白菜・ねぎ)	ミートスパゲッティ ポテトのコンソメ煮 ブロッコリーサラダ フルーツ(バナナ)	ご飯 鶏肉の梅肉焼き さつま芋と昆布の煮物 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(豆腐・貝割)	ご飯 かれいの揚げ浸し 菜の花のくるみ和え フルーツ(オレンジ) みそ汁(玉葱・うずまき麩)	ご飯 麻婆豆腐 春雨サラダ フルーツ(パイン) 中華スープ(もやし・大根葉)	ご飯 豚肉ときのこの炒め物 キャベツのサラダ フルーツ缶(キウイ) みそ汁(小松菜・油揚げ)	ご飯 さばの味噌煮 ほうれん草と桜えびの和え物 フルーツ缶(黄桃) お吸物(うずまき麩・貝割)
おやつ	おせんべい	バームクーヘン	きなこプリン	ロールケーキ	メロンムース	やわらかおかき	どらやき
夕食	ご飯 チキンのカレーグリル 付)いんげん 茄子のトマト煮 マカロニサラダ	ご飯 かにかま入り卵焼き 付)オクラ 鶏肉と大根のオイスター煮 ほうれん草のなめたけ和え	ご飯 赤魚の西京焼き 付)人参きんぴら なすの炒め物 畑菜のゆず醤油和え	ご飯 豚肉の玉葱ソース炒め ふきのおかか煮 キャベツと沢庵の和え物	ご飯 メバルの煮付け 付)牛蒡・花人参 レバーの炒め物 しろなの錦糸和え	ご飯 さわらの香味焼き 付)いんげん かぼちゃの煮物 白菜の塩昆布和え	ご飯 揚げ鶏の甘酢あんかけ 付)ピーマン ジャーマンポテト カリフラワーサラダ
栄養価	エネルギー 1628kcal タンパク質 62.7ｇ 食塩相当量 7.1ｇ	エネルギー 1630kcal タンパク質 71.6ｇ 食塩相当量 8.9ｇ	エネルギー 1670kcal タンパク質 64.8ｇ 食塩相当量 7.3ｇ	エネルギー 1636kcal タンパク質 69ｇ 食塩相当量 7.5ｇ	エネルギー 1581kcal タンパク質 66.1ｇ 食塩相当量 7.1ｇ	エネルギー 1573kcal タンパク質 67.7ｇ 食塩相当量 6.8ｇ	エネルギー 1648kcal タンパク質 64.9ｇ 食塩相当量 7.1ｇ

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。

予定献立表

	4月26日（日）	4月27日（月）	4月28日（火）	4月29日（水）	4月30日（木）
朝食	ご飯 厚揚げと白菜の煮物 ふりかけ(しそ) みそ汁(もやし・大根葉) カルシウム牛乳	ご飯 ウインナーとかぶのポトフ うめびしお みそ汁(豆腐・畑菜) カルシウム牛乳	チョコパン 厚焼き卵 付)青梗菜 みそ汁(さつま芋・油揚げ) カルシウム牛乳 (パン禁：ふりかけ)	ご飯 がんもと里芋の含め煮 たいみそ みそ汁(冬瓜・しめじ) カルシウム牛乳	ご飯 にしんの梅煮 付)畑菜 ふりかけ(たまご) みそ汁(豆腐・ねぎ) カルシウム牛乳
昼食	ご飯 ふくさ焼き ぜんまい煮 フルーツ(バナナ) みそ汁(しろな・しめじ)	ご飯 フライ二種盛り オクラとえのきのポン酢和え フルーツ(オレンジ) みそ汁(玉葱・ﾜｶﾒ)	ご飯 牛すき煮 じゃが芋のたらこ炒め フルーツ缶(ミックス) みそ汁(もやし・かぶ葉)	ご飯 白身魚の菜種焼き 若竹煮 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(小松菜・うずまき麸)	ポークカレー コールスローサラダ フルーチェ(いちご) 香の物(福神漬)
おやつ	きなこパンケーキ	青りんごゼリー	蒸しパンケーキ	黒糖饅頭	抹茶プリン
夕食	ご飯 ますの照り焼き 付)昆布豆 なすの煮浸し 小松菜のごま和え	ご飯 回鍋肉 えび焼売 ほうれん草とツナの和え物	ご飯 赤魚の塩麹焼き 付)しろな れんこん金平 大根の香味和え	ご飯 チーズインハンバーグ 付)ブロッコリー バジルパスタ 白菜サラダ	ご飯 たらのフライ 付)ピーマン ふきとさつま揚げの含め煮 菜の花の酢みそがけ
栄養価	エネルギー 1609kcal タンパク質 70ｇ 食塩相当量 7.3ｇ	エネルギー 1620kcal タンパク質 64.3ｇ 食塩相当量 7.8ｇ	エネルギー 1606kcal タンパク質 67.3ｇ 食塩相当量 7.3ｇ	エネルギー 1617kcal タンパク質 60.9ｇ 食塩相当量 6.8ｇ	エネルギー 1624kcal タンパク質 64.1ｇ 食塩相当量 7.6ｇ

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。