

○揭示用献立表

常食（Aメニュー）

日付	2025年04月01日(火)	2025年04月02日(水)	2025年04月03日(木)	2025年04月04日(金)	2025年04月05日(土)	2025年04月06日(日)	2025年04月07日(月)
朝食	御飯 竹輪と小松菜の炒り煮 スナッPEndウのマヨサラダ 味噌汁	雑炊 肉団子の煮物 ポテトサラダ 味噌汁	御飯 大豆とベーコンのトマト煮 スパサラダ 味噌汁	御飯 厚焼卵 菜花おかか和え 味噌汁	御飯 えび団子の煮物 なすのお浸し 味噌汁	バターステックパン ウインナー炒め 目玉焼き パンプキンスープ 牛乳	御飯 白菜とベーコンの柔らか煮 きゅうりとツナのマヨ和え 味噌汁
昼食	御飯 おろしハンバーグ なすの揚げ煮 キャベツのピーナッツ和え コーンスープ	ソースカツ丼 やたら(味噌和え) じゃが芋の酢の物 具だくさん汁	桜ごはん カレイの照焼き 茄子とがんもの煮付け ほうれん草のなめたけ和え 味噌汁	青豆ごはん 桜うどん インゲンの和え物 天ぷら	御飯 さごしの西京味噌焼き コールスローサラダ さつま芋の香り揚げ 清汁	御飯 鶏の野菜あんかけ ツナじゃが 菜の花の辛子和え 味噌汁	御飯 さばの竜田揚げ 五目豆 ほうれん草の和え物 味噌汁
おやつ	カステラ	まんじゅう	杏仁豆腐	ドーナツ	ハームクーヘン	りんごゼリー	メロンムース
夕食	御飯 えび玉あんかけ チンゲン菜の炒り煮 きのこのマリネ 中華スープ	御飯 たらの中華蒸し黒酢ダレ 焼売(添え) カリフラワーのドレ和え 卵スープ	カレーライス オムレツ もやしのサラダ コンソメスープ	御飯 赤魚のおろし煮 金平ごぼう 人参サラダ 清汁	御飯 牛肉コロッケ 高野豆腐の煮物 小松菜の和え物(添え) 味噌汁	御飯 豚卵とじ 切干大根煮 ごま豆腐 味噌汁	ひじき御飯 肉豆腐 大根の柚子香味漬け 清汁
一日合計	エネルギー 1616 kcal 蛋白質 64.8 g 脂質 48.6 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1686 kcal 蛋白質 74.0 g 脂質 41.7 g 食塩 9.3 g	エネルギー 1805 kcal 蛋白質 69.3 g 脂質 69.4 g 食塩 11.0 g	エネルギー 1394 kcal 蛋白質 52.8 g 脂質 24.5 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1580 kcal 蛋白質 56.1 g 脂質 41.7 g 食塩 8.8 g	エネルギー 1762 kcal 蛋白質 76.6 g 脂質 66.2 g 食塩 9.2 g	エネルギー 1629 kcal 蛋白質 59.1 g 脂質 68.3 g 食塩 8.7 g
日付	2025年04月08日(火)	2025年04月09日(水)	2025年04月10日(木)	2025年04月11日(金)	2025年04月12日(土)	2025年04月13日(日)	2025年04月14日(月)
朝食	御飯 スパソテー 海藻サラダ 味噌汁 梅干し	御飯 イカ団子の煮物 カニサラダ 味噌汁	きのご雑炊 厚揚げの煮物 白菜のごま和え 味噌汁	御飯 肉信田の煮付け ほうれん草サラダ 味噌汁	御飯 干しえびの炒り卵 ツナサラダ 味噌汁	ねじりパン ベーコンとしめじの卵炒め じゃこサラダ ポタージュスープ 牛乳	御飯 里芋の煮付け 野菜サラダ 味噌汁
昼食	御飯 チキンカツ 炒り豆腐 春雨の酢の物 清汁	御飯 なすと豚肉の甘辛味噌炒め ビーフソテー ブロッコリーの和え物 卵スープ	ハヤシライス インゲンの炒め煮 野菜サラダ コンソメスープ	御飯 さばの塩焼き 里芋の煮つけ 酢味噌和え 清汁	ふりかけ御飯 メンチカツ ビーフソテー ほうれん草のごま和え 清汁	御飯 豚しゃぶおろしソース 大根のそぼろあんかけ マカロニサラダ コンソメスープ	御飯 さごしの大和蒸し 炒り豆腐 冬瓜のエビあんかけ 味噌汁
おやつ	いちごフルーチェ	蒸しパン	オムレット	ハームクーヘン	青りんごゼリー	カステラ	まんじゅう
夕食	御飯 オムレツのミートソースかけ 大根サラダ 南瓜の煮付 味噌汁	御飯 赤魚の粕漬け焼 白菜の和え物(添え) 卵豆腐 味噌汁	御飯 家常豆腐 もやしの和え物 清汁	炊き込みご飯 卵とじ ブロッコリーのごま和え なすの煮浸し 味噌汁	御飯 さごしの西京味噌焼き アスパラベーコンソテー(添え) ナムル 味噌汁	御飯 白身魚の青海苔つけ焼き 青菜のおひたし(添え) 湯豆腐 かきたま汁	御飯 肉野菜炒め マッシュポテト 小松菜の生姜醤油和え 味噌汁
一日合計	エネルギー 1586 kcal 蛋白質 68.3 g 脂質 42.9 g 食塩 9.3 g	エネルギー 1471 kcal 蛋白質 70.2 g 脂質 30.6 g 食塩 9.1 g	エネルギー 1612 kcal 蛋白質 61.3 g 脂質 53.4 g 食塩 10.7 g	エネルギー 1523 kcal 蛋白質 59.0 g 脂質 45.0 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1657 kcal 蛋白質 65.5 g 脂質 52.4 g 食塩 10.1 g	エネルギー 1508 kcal 蛋白質 71.7 g 脂質 50.8 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1490 kcal 蛋白質 67.7 g 脂質 33.2 g 食塩 8.1 g
日付	2025年04月15日(火)	2025年04月16日(水)	2025年04月17日(木)	2025年04月18日(金)	2025年04月19日(土)	2025年04月20日(日)	2025年04月21日(月)
朝食	御飯 白菜と卵のふんわり炒め ゆかり和え 味噌汁	御飯 中玉半平の煮付 ポテトサラダ 味噌汁	御飯 切干大根煮 ごまマヨ和え 味噌汁	御飯 じゃがいもの炒め煮 カリフラワーのドレ和え 味噌汁 ふりかけ	御飯 厚揚げの煮付け なすのお浸し 味噌汁	ロールパン ウインナー炒め ポテトサラダ コーンスープ 牛乳	雑炊 にらの卵炒め 春雨サラダ 味噌汁
昼食	御飯 たらの照り焼き 菜の花とベーコンのソテー たまねぎの生姜しょうゆ和え 味噌汁	コーン御飯 酸辣湯風五目麺 大根サラダ ひじきの煮物	御飯 さごしの幽庵焼き 五目金平 白菜の甘酢漬け 味噌汁	御飯 チーズ入りクリーミーコロッケ スナッPEndウソテー 豆サラダ コンソメスープ	御飯 鶏のお酢煮 卵とじ ごぼうサラダ 清汁	カレーライス 野菜サラダ オムレツ ヨーグルト	御飯 鶏つくねの磯辺焼き なすの甘辛煮 若布ときゅうりの酢の物 味噌汁
おやつ	ミニあんぱん 牛乳	プリン	いちごゼリー	塩せんべい	まんじゅう	Caボーロ	どら焼き
夕食	御飯 鶏肉と大豆の煮込み 白菜のわさび和え 味噌汁	御飯 豆腐のくず煮 里芋の煮付け ほうれん草なめ茸和え 中華スープ	御飯 鶏肉の香味ダレかけ 南瓜のいとこ煮 山菜の和え物(添え) 味噌汁	御飯 牛肉とネギの炒め物 さつま芋と切り昆布の煮物 深山和え 味噌汁	御飯 赤魚の野菜蒸し 切干大根煮 キャベツの和え物(添え) 味噌汁	御飯 豆腐ハンバーグ ひじきの五目煮 春雨の和え物(添え) けんちん汁	御飯 魚の山椒味噌焼き アスパラのドレッシング和え 人参のじゃこ煮(添え) 味噌汁
一日合計	エネルギー 1557 kcal 蛋白質 76.5 g 脂質 45.3 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1587 kcal 蛋白質 54.2 g 脂質 43.3 g 食塩 13.6 g	エネルギー 1643 kcal 蛋白質 65.9 g 脂質 46.5 g 食塩 9.6 g	エネルギー 1688 kcal 蛋白質 50.5 g 脂質 55.2 g 食塩 9.9 g	エネルギー 1426 kcal 蛋白質 71.9 g 脂質 27.3 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1812 kcal 蛋白質 61.9 g 脂質 66.3 g 食塩 9.3 g	エネルギー 1411 kcal 蛋白質 67.0 g 脂質 26.6 g 食塩 8.0 g
日付	2025年04月22日(火)	2025年04月23日(水)	2025年04月24日(木)	2025年04月25日(金)	2025年04月26日(土)	2025年04月27日(日)	2025年04月28日(月)
朝食	御飯 山菜信田の煮物 中華和え 味噌汁	御飯 厚焼卵 白菜とベーコンの柔らか煮 味噌汁	たまご雑炊 五目豆 にんじんのピーナッツ和え 味噌汁	御飯 チキンボールの煮物 アスパラのたらマヨ和え 味噌汁	御飯 厚揚げの煮付け ツナ和え 味噌汁	黒糖パン マカロニサラダ ほうれんそうのバターソテー コンソメスープ 牛乳	御飯 スナッPEndウの煮付け もやしとツナの炒り煮 味噌汁
昼食	御飯 親子煮 里芋の煮付け 白和え 味噌汁	御飯 牛肉じゃが 高野豆腐の煮付け ブロッコリーの和え物 味噌汁	梅菜飯 カレイの照焼 キャベツと厚揚げの煮付け ほうれん草のごまよごし かきたま汁	ゆかり御飯 肉うどん 天ぷら 白和え	御飯 鶏肉とキャベツの味噌炒め じゃがバター なめたけおろし 味噌汁	御飯 赤魚の西京焼き 揚げだしなす ナムル かきたま汁	御飯 牛肉のおろしソースかけ いんげんのピリ甘辛煮 長芋の梅肉和え 清汁
おやつ	あんまん	チョコイス ジョア	杏仁豆腐	いちごヨーグルト	クレープ	まんじゅう	ムース
夕食	御飯 えびよせフライ ちくわとネギの酢味噌和え なすの煮浸し コンソメスープ	御飯 スパニッシュオムレツ 野菜の子まぶし(添え) もずくの酢の物 清汁	御飯 エビ団子のクリーム煮 じゃがいものバター炒め ハムサラダ コンソメスープ	御飯 千種焼 里芋の煮付け ほうれん草の和え物(添え) 味噌汁	御飯 カレイの照り焼き 長芋の塩昆布和え 豚汁	御飯 肉団子の甘辛煮 白菜のわさび和え じゃが芋金平 味噌汁	御飯 さごしの五目あんかけ 春雨サラダ なすの煮浸し わかめスープ
一日合計	エネルギー 1599 kcal 蛋白質 69.8 g 脂質 39.3 g 食塩 10.2 g	エネルギー 1594 kcal 蛋白質 58.6 g 脂質 47.8 g 食塩 7.1 g	エネルギー 1577 kcal 蛋白質 71.7 g 脂質 46.3 g 食塩 10.4 g	エネルギー 1635 kcal 蛋白質 77.2 g 脂質 44.3 g 食塩 10.8 g	エネルギー 1566 kcal 蛋白質 70.4 g 脂質 50.8 g 食塩 8.8 g	エネルギー 1465 kcal 蛋白質 54.8 g 脂質 42.0 g 食塩 9.5 g	エネルギー 1465 kcal 蛋白質 63.6 g 脂質 33.3 g 食塩 7.0 g
日付	2025年04月29日(火)	2025年04月30日(水)					月 間 平 均
朝食	御飯 厚焼卵 大根の煮付 味噌汁	御飯 山菜信田の煮物 マカロニサラダ 味噌汁					朝食 エネルギー 400 kcal 蛋白質 14.2 g 脂質 10.6 g 食塩 2.6 g
昼食	カレーライス クリームコロッケ 大豆サラダ ヨーグルト	御飯 揚げさばのおろしあん ポテトサラダ 切干大根煮 味噌汁					昼食 エネルギー 693 kcal 蛋白質 28 g 脂質 22.1 g 食塩 3.4 g
おやつ	カステラ	プリン					
夕食	御飯 カレイの照焼き ひじきの煮物 里芋のごままぶし(添え) 清汁	菜飯ごはん 豆腐ハンバーグ ビーフン炒め(添え) ピーナッツ和え 清汁					夕食 エネルギー 511 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 14.2 g 食塩 3.2 g
一日合計	エネルギー 2064 kcal 蛋白質 69.4 g 脂質 72.5 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1696 kcal 蛋白質 62.4 g 脂質 51.9 g 食塩 9.0 g					合計 エネルギー 1603 kcal 蛋白質 65.4 g 脂質 46.9 g 食塩 9.2 g