### 4 月 献 立 表

### 新年度のスタートです

肌寒い季節が過ぎ、うららかな暖かい季節となりました。 入学式や新年度といった新たなはじまりの月でもある4月には 新玉ねぎなどの"新"とつく野菜が盛りを迎えます。 新たにスタートする季節を旬の野菜とともにお楽じみください。



А	_		_	71	()
4	_		-	II J	
-4	~	-	_	12	<b>`</b>



4月2日(水)



4月3日(木)



4月4日(金)



4月5日(土)

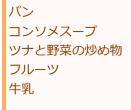


4月6日(日)

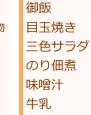


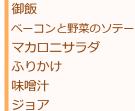
パン
トマトスープ
オムレツ
フルーツ
ジョア

御飯 ちくわの煮物 カリフラワーの和え物 梅干し 味噌汁 乳酸菌飲料

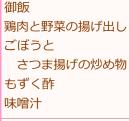


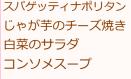
御飯 かにすり身と南瓜の煮物 納豆 かぶのゆず和え 味噌汁 ヨーグルト



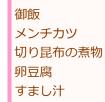


【特別食・まぐろ解体】
まぐろの握り寿司
まぐろの山かけ・茶碗蒸し
ほうれんそうのお浸し
ねぎま汁
桜のねりきり





からだ元気【筋力アップ】 ひじき御飯 鶏肉とたっぷり野菜の 甘酒味噌スープ 焼き厚揚げ ごま醤油だれ ブロッコリーとツナの和え物



ぶどうゼリー

1" > 1.4		
どら焼き	豆乳プリン	さなこソー

ス

御飯

麻婆なす

えび風味焼売

長芋のゆかり和え

塩まんじゅう パウンドケーキ(チョコ)

おにぎりせんべい

御飯 和風ハンバーグ 玉葱ソース たけのこのおかか炒め 春菊の酢味噌がけ すまし汁 Iネルギ-:1478kcal タンパク :60.1g 脂質:21.6g 食塩相:5.9g

御飯 助宗たらの醤油麹焼き 五目しんじょうの 炊き合わせ いんげんのごま和え すまし汁

Iネルギ-:1539kcal タンパク:60.0g

脂質:34.2g 食塩相:8.0g

しょうが御飯 茹で豚 味噌だれ さつま芋金平 たたき胡瓜 すまし汁

Iネルギー:1551kcal タンパク :61.0g Iネルギ-:1668kcal タンパク :53.7g 脂質:46.4g 食塩相:8.5g 脂質:49.3g 食塩相:10.8g

中華スープ

御飯 赤魚の洒蒸し かぼちゃの含め煮 キャベツの塩昆布和え 味噌汁

麦ごはん さわらのはちみつ照り焼き 筍とわかめの煮物 とろろ 赤だし

Iネルギー:1533kcal タンパク:63.2g 脂質:43.9g 食塩相:7.1g

Iネルキ゛-:1595kcal タンパ°ク:54.6g 脂質:51.0g 食塩相:9.4g

# 4 月 献 立 表 2025年4月7日~4月13日

4月7日(月)	4月8日(火)	4月9日(水)	4月10日(木)	4月11日(金)	4月12日(土)	4月13日(日)
Final Park						
御飯 ちくわの和風あんかけ スナップえんどうの磯和え たいみそ 味噌汁 フルーツ	パン コンソメスープ ボイルウインナー ポテトサラダ 野菜ジュース	御飯 野菜の海老炒め 納豆 大根の和え物 味噌汁 ヨーグルト	パン コンソメスープ ハッシュドポテト フルーツ 乳酸菌飲料	御飯 ツナと野菜の炒め物 おくらの生姜和え のり佃煮 味噌汁 牛乳	御飯 ふんわり真丈と 野菜の煮物 カリフラワーの和え物 ふりかけ 味噌汁、フルーツ	御飯 目玉焼き 千切り野菜サラダ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
御飯 あぶらかれいの バターポン酢 真砂炒め アスパラのおかか和え すまし汁	塩ラーメン 春巻き ザーサイ和え マンゴープリン	御飯 サーモンフライ ひじきの煮物 おくらのゆかり和え 味噌汁	御飯 赤魚の甘辛煮 焼きビーフン 白和え すまし汁	五目ちらし寿司 ごぼうのそぼろ炒め キャベツの塩昆布和え すまし汁 りんごヨーグルト	御飯 めばるの塩麹焼き さつま芋の含め煮 わさび豆腐 味噌汁	挽肉と豆のカレーライス 福神漬け かにかまサラダ コンソメスープ いちごムース
抹茶ゼリー	いちごスペシャル	薄皮こしあんパン	ピーチゼリー	クリームブッセ	メープルパンケーキ	プチシュー
御飯 豚肉の香味炒め 里芋の白煮 小松菜の辛子和え 味噌汁	御飯 鶏肉の梅煮 ピーマンの塩炒め 浅漬け すまし汁	御飯 豚肉のごま焼き しろ菜の煮浸し 春雨とわかめの和え物 すまし汁	御飯 鶏肉の山椒焼き 大豆五目煮 たたき胡瓜 味噌汁	御飯 あじの照り焼き ほうれん草と えのきのさっと煮 白菜のゆず和え 味噌汁	御飯 豚肉と野菜の オイスター炒め ぜんまいの炒め煮 モロヘイヤのお浸し 味噌汁	御飯 白身魚の煮付け 五目金平 長芋の酢の物 味噌汁
14年-:13/4kcal 9/パリ:55.3g 脂質:26.5g 食塩相:7.5g	17// -:1619kcal 9// 7:53.8g 脂質:45.6g 食塩相:11.0g	1447 -:1592kcal タバケ:61.6g 脂質 :42.6g 食塩相:7.1g	14年 -: 1515kcal タルケ: 59.2g 脂質: 36.1g 食塩相: 7.7g	14年 -: 1387kcal タバケ: 54.2g 脂質: 27.9g 食塩相: 7.9g	14/4 -: 1465kcal タカイク: 54.1g 脂質: 30.1g 食塩相: 9.1g	14年-:1452kcal 9万/ 7:56.4g 脂質 :33.0g 食塩相:8.9g

## 4 月 献 立 表 2025年4月14日~4月20日

	4月14日(月)	4月15日(火)	4月16日(水)	4月17日(木)	4月18日(金)	4月19日(土)	4月20日(日)
i	御飯 ベーコンと野菜の炒め物 白菜と油揚げのお浸し のり佃煮 味噌汁 フルーツ	パン ポトフ風 アスパラのサラダ フルーツ ジョア	御飯 白身魚のふんわり煮物 納豆 スナップえんどうのサラダ 味噌汁 ヨーグルト	パン コンソメスープ ミートボール フルーツ 牛乳	御飯 ウインナーと野菜の炒め物 アスパラの和え物 のり佃煮 味噌汁 乳酸菌飲料	御飯 オムレツ ポテトサラダ たいみそ 味噌汁 牛乳	御飯 さつま揚げの含め煮 マカロニサラダ ふりかけ 味噌汁 フルーツ
	御飯 鮭の塩焼き なすの田楽 トマトの葱だれ すまし汁	山菜たぬきうどん ちくわの磯部揚げ ブロッコリーのツナ和え フルーツあんみつ	御飯 鶏肉と野菜のうま煮 たけのこのおかか炒め おくらの和え物 味噌汁	御飯 白身魚のもろみ味噌焼き 白菜の旨煮 きゅうりの酢の物 すまし汁	チキンドリア ほうれん草のソテー コーンサラダ コンソメスープ	【認知症予防 長寿ごはん】 人参の押し麦ピラフ さわらのムエエル ハニーマスタードソース 春色さっぱりマリネ ヨーグルト ぶどうソース オリーブオイル香るコンソメスープ	御飯 牛肉じゃが ピーマンの塩炒め トマトの和え物 味噌汁
	抹茶蒸しパン	ロールケーキ(コーヒー)	エクレア	ぽたぽた焼き(煎餅)	ショコラスペシャル	抹茶ようかん	もみじまんじゅう
	御飯 豚肉の生姜焼き ごぼうの山椒炒め ほうれん草としめじの和え物 味噌汁	御飯 卵と海老のチリソースがけ 春雨の旨煮 即席漬け 中華スープ	御飯 さばの幽庵焼き 大根の明太あん キャベツの塩昆布和え すまし汁	御飯 豚肉のにんにく醤油焼き ひじきの煮物 しろ菜と ほたて風味の和え物 味噌汁	御飯 助宗たらの三つ葉あんれんこん金平 大根のしそ和え 味噌汁	御飯 肉団子の甘酢あんかけ かに風味焼売 レタスのナムル 中華スープ	御飯 あぶらかれいの 香味ソース なすの田舎煮 長芋の梅だれ すまし汁
	1 Iネルキー:1480kcal タルトウ:55.7g B 脂質:38.4g 食塩相:7.6g	Iネルギー:1658kcal タンパク:54.6g 脂質:41.4g 食塩相:9.6g	I ネルギー:1588kcal タンパク :63.0g 脂質 :51.0g 食塩相:7.3g	Iネルドー:1403kcal タンパク :59.2g 脂質 :34.5g 食塩相:8.4g	Iネルドー:1517kcal タンパク:52.5g 脂質:38.8g 食塩相:8.9g	I ネルギー:1682kcal タンパク :56.9g 脂質 :42.4g 食塩相:8.3g	Iネルギー:1566kcal タンパク :52.7g 脂質 :37.9g 食塩相:8.6g

### **4 月 献 立 表** 2025年4月21日~4月27日

### 4月21日(月) 4月22日(火) 4月23日(水) 4月24日(木) 4月25日(金) 4月26日(土) 4月27日(日) 特別食 御飯 パン 御飯 パン 御飯 御飯 御飯 ポタージュ 目玉焼き コンソメスープ ソーセージと野菜の炒め物 さつま揚げと野菜の煮物 魚肉ソーヤージと かにのふわふわ豆腐と チンゲン菜の和え物 ボイルウインナー 白菜の和え物 ハッシュドポテト 小松菜の和え物 野菜の炒め物 冬瓜の煮物 梅干し フルーツ ふりかけ スナップえんどうのサラダ のり佃煮 納豆 スパゲティサラダ 味噌汁 味噌汁 味噌汁 ふりかけ 野菜ジュース フルーツ ゆかり和え 牛乳 ヨーグルト 牛乳. ヨーグルト 味噌汁、フルーツ 味噌汁、ヨーグルト 御飯 御飯 【特別食・実演提供】 御飯 カレーライス 御飯 御飯 さばの塩焼き つくね焼き かけそば 助宗たらの玉ねぎソース 福神清け 鶏の唐揚げ ほっけの山椒焼き 冬瓜のほたて風味あん なすの田楽 大海老と野菜の天婦羅 里芋のそぼろ餡かけ ツナサラダ 切り昆布の煮物 れんこんの明太子炒め 枝豆豆腐 キャベツの和え物 ふわふわ玉子焼き 菜の花のからし和え コンソメスープ 胡瓜のもろみ味噌がけ 長芋の塩昆布和え 味噌汁 すまし汁 直鯛のぬた和え すまし汁 ゼリー入りフルーツポンチ すまし汁 味噌汁 抹茶ケーキ コーヒーゼリー ミニピーナツパン カステラ パンナコッタ きなこまんじゅう ソフトクレープ(いちご) 牛乳プリン 御飯 御飯 御飯 御飯 御飯 御飯 御飯 赤魚の葱蒸し 豚肉のコク旨炒め 鶏肉の照り焼き 牛肉豆腐 白身魚のわさび醤油 めばるの煮付け 豚肉の塩レモン炒め 切干大根の煮物 たけのこのおかか炒め さつま芋の甘煮 がんもの炊き合わせ なすの生姜炒め ピーマンの炒め物 なすの含め煮 冷奴 かぶのしらす和え ほうれん草のお浸し 春雨サラダ トマトの和え物 卵豆腐 いんげんのくるみ和え すまし汁 すまし汁 味噌汁 すまし汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁

Iネルギ-:1642kcal タンパク :61.6g

食塩相:8.9g

脂質:53.0g

Iネルギ-:1452kcal タンパク:55.3g

食塩相:9.3g

脂質:29.0g



食塩相:7.9g

Iネルギ-:1491kcal タンパク :52.6g

脂質:43.0g

Iネルギー:1450kcal タンパク:60.2g

脂質:36.2g 食塩相:7.6g

Iネルキ゛-:1544kcal タンパ°ク:67.6g

脂質:26.7g 食塩相:5.1g

Iネルギ-:1733kcal タンパク :50.2g

脂質:56.8g 食塩相:7.9g

Iネルギ-:1390kcal タンパク :58.1g

脂質:33.4g 食塩相:8.2g

## 4 月 献 立 表 2025年4月28日~4月30日

4月28日(月)	4月29日(火)	4月30日(水)		
御飯 ツナと野菜の炒め物 小松菜のゆず和え のり佃煮 味噌汁 フルーツ	パン コンソメスープ ミートボール フルーツ ジョア	御飯 ちくわと野菜の煮物 キャベツのしらす和え 漬物 味噌汁 牛乳		
御飯 豆腐ハンバーグ 冬瓜のかにかまあん 食 わかめの三杯酢 味噌汁	【昭和の日】 オムライス ハヤシソース チーズサラダ いちごゼリー 空豆のポタージュ	御飯 さわらの揚げ出し 里芋のごまだれ 大根の塩麹漬け すまし汁		
お ドーナツ つ	雪の宿(煎餅)	バターケーキ		
御飯 牛肉じゃが ブロッコリーの炒め物 かぶの和え物 味噌汁	御飯 さばの味噌煮 ごぼうと さつま揚げの炒め物 わさび豆腐 すまし汁 Iネルギ-:1659kcal タンパク:55.3g 脂質:56.8g 食塩相:9.4g	御飯 鶏肉の柚子こしょうだれ 大豆五目煮 しろ菜のお浸し 味噌汁 Iネルギ-:1563kcal タンパウ:65.7g 脂質:46.2g 食塩相:8.1g		
計 ///	川貝 .30.09 民垣们.3.49	川貝 .+0.29 民/血作.0.19		0