

予定献立・調理名一覧表

常食

2020年4月5日

～

2020年4月11日

	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
朝	粥 蓮根のそぼろ煮 笹かま たいみそ 味噌汁 牛乳	粥 車麩の煮物 お浸し 梅干し 味噌汁 牛乳	おじや かぶとツの煮物 果物 牛乳	ホットケーキ トマト煮 ゼリー 牛乳	味噌雑炊 鶏肉と根菜の煮物 ゼリー 牛乳	パン スクランブルエッグ サラダ スープ 牛乳	粥 厚揚げの煮物 おかか和え ふりかけ 味噌汁 牛乳
昼	五目ラーメン シューマイ ピリ辛和え 煮豆 果物	ケチャップライス 豚じゃがのオムレツ コールスローサラダ スープ 果物(バナナ)	粥 魚のマヨネーズ焼き 冬瓜の煮物 胡麻醤油和え 味噌汁 フルーツポンチ	*花見弁当* 桜ずし 筑前煮 厚焼き玉子 海老焼売 うどの酢味噌かけ すまし汁	粥 豚肉の磯辺揚げ 煮浸し 春雨サラダ 味噌汁 果物	粥 茹豚からし醤油かけ ふき炒め 白菜の甘酢和え 味噌汁 果物	粥 魚の味噌田楽 茄子の煮物 青菜の山かけ すまし汁 ミルクゼリー
間							
夕	粥 魚の土佐煮 切干大根の煮物 ごまマヨ和え のっぺい汁	粥 魚の甘酢あんかけ さつま揚げの煮物 菜の花の和え物 味噌汁	粥 豚肉のカレー風味炒め 高野豆腐の煮物 かおり和え すまし汁	粥 魚のシチュー煮 冬瓜のエビあんかけ サラダ スープ	粥 魚の有馬煮 柚子田楽 納豆和え すまし汁	粥 魚の生姜焼き 里芋の煮物 ピーナッツ和え 味噌汁	粥 鶏肉の治部煮 小松菜の卵とじ 中華和え 味噌汁
	エネルギー 1384 kcal たんぱく 58.6 g 脂質 33.2 g 炭水化物 206.3 g 食塩相当 9 g 鉄 8.3 mg	エネルギー 1351 kcal たんぱく 55.5 g 脂質 33.3 g 炭水化物 202.1 g 食塩相当 8.9 g 鉄 8.3 mg	エネルギー 1352 kcal たんぱく 56.1 g 脂質 39.2 g 炭水化物 187.8 g 食塩相当 6.9 g 鉄 7.6 mg	エネルギー 1393 kcal たんぱく 55.8 g 脂質 29.2 g 炭水化物 225.9 g 食塩相当 8.1 g 鉄 6.2 mg	エネルギー 1354 kcal たんぱく 56 g 脂質 32.3 g 炭水化物 203.5 g 食塩相当 7.5 g 鉄 8.6 mg	エネルギー 1351 kcal たんぱく 57 g 脂質 39.2 g 炭水化物 186.2 g 食塩相当 8.9 g 鉄 6.6 mg	エネルギー 1413 kcal たんぱく 56.8 g 脂質 36 g 炭水化物 202.4 g 食塩相当 8.4 g 鉄 9.8 mg

予定献立・調理名一覧表

常食

2020年4月12日

～

2020年4月18日

	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
朝	粥 いわしの梅煮 さつま揚げの煮物 漬物 味噌汁 牛乳	粥 里芋の煮物 お浸し たいみそ 味噌汁 牛乳	パン オムレツ サラダ スープ 牛乳	ほたて雑炊 野菜炒め煮 ゼリー 牛乳	粥 金平ごぼう 和え物 煮豆 味噌汁 牛乳	パン ウイナーのケチャップ煮 ゼリー 牛乳	中華風雑炊 里芋の含め煮 イオンゼリー 牛乳
昼	焼きそば 薩摩芋と昆布の煮物 チキン和え スープ 果物	粥 *豆腐ハンバーグ 根菜の煮物 サラダ 味噌汁 果物	粥 豚肉のオムレツ炒め 青梗菜の炒め煮 かぶの柚子醤油和え 味噌汁 コーヒージェリー	粥 魚のバター焼き 湯豆腐 三色和え 味噌汁 果物	粥 魚の黄身焼き ツナの和風カレー煮 青じそ和え 味噌汁 果物	鮭の三色丼 ふきとつみれの煮物 なめ茸和え 味噌汁 ババロア	粥 鶏肉のソーサーマスタート ひじきと大豆の煮物 ピーナッツ和え 味噌汁 果物(バナナ)
間							
夕	粥 魚の粕漬け焼き じゃが芋の煮物 胡麻和え 味噌汁	粥 魚の香味焼き 大根の胡麻味噌煮 わさび和え すまし汁	粥 魚の漬け焼き 白滝のたらこ炒め おろし納豆 味噌汁	粥 カニ玉 ビーフンソテー 中華和え 中華スープ	粥 鶏肉のマヨポン炒め がんもの煮物 隠元サラダ 味噌汁	粥 豚肉のキムチ炒め 車麩の煮物 おかか和え スープ	粥 魚の西京焼き 南瓜の煮物 和え物 すまし汁
	エネルギー 1370 kcal たんぱく 58.5 g 脂質 32.5 g 炭水化物 204.9 g 食塩相当 8.9 g 鉄 8 mg	エネルギー 1352 kcal たんぱく 55 g 脂質 37.4 g 炭水化物 194 g 食塩相当 8.8 g 鉄 7.5 mg	エネルギー 1399 kcal たんぱく 60.3 g 脂質 45.3 g 炭水化物 182.5 g 食塩相当 8.6 g 鉄 6.9 mg	エネルギー 1357 kcal たんぱく 56.7 g 脂質 37.1 g 炭水化物 195.8 g 食塩相当 7 g 鉄 67.7 mg	エネルギー 1365 kcal たんぱく 55.1 g 脂質 35.1 g 炭水化物 201.6 g 食塩相当 7.6 g 鉄 8 mg	エネルギー 1357 kcal たんぱく 59.1 g 脂質 35.8 g 炭水化物 197.5 g 食塩相当 7.6 g 鉄 7 mg	エネルギー 1352 kcal たんぱく 56 g 脂質 33.4 g 炭水化物 201.1 g 食塩相当 8.1 g 鉄 10.4 mg

予定献立・調理名一覧表

常食

2020年4月19日 ~ 2020年4月25日

	19日 (日)	20日 (月)	21日 (火)	22日 (水)	23日 (木)	24日 (金)	25日 (土)
朝	粥 じゃが芋の煮物 お浸し のり佃煮 味噌汁 牛乳	粥 さつま揚げの煮物 おかか和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	野菜雑炊 大根と肉団子の煮物 ゼリー 牛乳	パン ミネストローネ ゼリー 牛乳	粥 竹輪の煮物 わさび和え 梅干し 味噌汁 牛乳	パン ポテト炒め煮 ゼリー 牛乳	雑炊 魚河岸揚げの煮物 果物 牛乳
昼	スパゲティナポリタン 玉子ロール わかめサラダ スープ プリン	粥 魚の味噌煮 煮浸し もやしの梅ドレ和え すまし汁 果物	粥 豚肉の味噌マヨ焼き 里芋のツナ煮 塩昆布和え 味噌汁 果物 (バナナ)	粥 白身魚のフライ そばろ煮 ナムル風 味噌汁 野菜とピーチのゼリー	粥 チンジャオロース 冬瓜のカニあんかけ かぼちゃのサラダ 味噌汁 果物	粥 魚のトマト煮 *菜の花のシラス炒め 甘酢和え すまし汁 果物	粥 鶏肉の竜田揚げ ぜんまいの炒り煮 ゆかり和え 味噌汁 果物
間							
夕	粥 魚の山椒焼き 根菜の味噌煮 しその実和え すまし汁	粥 豚肉のソテー 若竹煮 マヨ和え 味噌汁	粥 魚の南部焼き 炒り豆腐 和え物 味噌汁	粥 鶏肉のチーズ焼き いんげんの炒め煮 茄子の生姜醤油和え 味噌汁	粥 親子煮 野菜と厚揚げの味噌炒め おろし和え すまし汁	粥 鶏肉の酒蒸し梅ソース 春雨ソテー ポン酢和え スープ	粥 煮魚 五目豆煮 青菜和え すまし汁
	エネルギー 1363 kcal たんぱく 57.9 g 脂質 33.3 g 炭水化物 201.2 g 食塩相当 8 g 鉄 6.6 mg	エネルギー 1351 kcal たんぱく 57.3 g 脂質 36 g 炭水化物 193.9 g 食塩相当 7.4 g 鉄 9.1 mg	エネルギー 1396 kcal たんぱく 61 g 脂質 39.7 g 炭水化物 191.5 g 食塩相当 8.3 g 鉄 8.5 mg	エネルギー 1367 kcal たんぱく 51.7 g 脂質 41.2 g 炭水化物 194.1 g 食塩相当 7.4 g 鉄 7.1 mg	エネルギー 1369 kcal たんぱく 55.6 g 脂質 38.9 g 炭水化物 192 g 食塩相当 8.7 g 鉄 9 mg	エネルギー 1356 kcal たんぱく 56.1 g 脂質 35.9 g 炭水化物 197.9 g 食塩相当 8.5 g 鉄 6.7 mg	エネルギー 1364 kcal たんぱく 55.3 g 脂質 35.7 g 炭水化物 198.4 g 食塩相当 7.5 g 鉄 7.5 mg

予定献立・調理名一覧表

常食

2020年4月26日 ~ 2020年5月2日

	26日 (日)	27日 (月)	28日 (火)	29日 (水)	30日 (木)	1日 (金)	2日 (土)
朝	粥 煮物 お浸し ふりかけ 味噌汁 牛乳	パン オムレツ サラダ スープ 牛乳	かに雑炊 車麩の煮物 果物 牛乳	パン ホタテのチャウダー ゼリー 牛乳	粥 冬瓜の煮物 和え物 漬物 味噌汁 牛乳	粥 かに入り卵蒸し 胡麻和え 漬物 味噌汁 牛乳	雑炊 肉豆腐 ゼリー 牛乳
昼	肉うどん 茄子の炒め煮 胡麻和え 煮豆 果物	粥 魚の磯辺焼き 連根のきんぴら風 菜花の辛子和え 味噌汁 果物 (バナナ)	粥 豚肉バターホンの酢炒め スナップエンドウのソテー チーズサラダ スープ *ティラミス風	粥 魚の塩焼き 精進炒め くるみおかか和え 味噌汁 果物	チキンカレー 枝豆サラダ スープ ジャムヨーグルト	*八十八夜* *緑茶御飯 鶏肉の照り焼き 冬瓜の薄くず煮 青菜のわさび和え すまし汁 抹茶ババロア	粥 鶏肉の葱塩焼き 茄子の煮物 ピーナッツ和え 中華スープ
間							
夕	粥 魚の照り焼き 煮浸し もやしの和え物 味噌汁	粥 豚肉の生姜焼き キャベツの信田煮 梅和え すまし汁	粥 豆腐の五目炒め 青菜の炒め煮 カリフラワーサラダ 味噌汁	粥 鶏肉の甘酢炒め 玉子豆腐あんかけ コーンサラダ 中華スープ	粥 魚のおろし煮 竹輪の味噌炒め マヨ和え すまし汁	粥 豚肉の生姜焼き キャベツの炒め煮 ゆずみそ和え すまし汁	粥 魚の南部焼き 五目豆煮 酢の物 味噌汁
	エネルギー 1364 kcal たんぱく 55.4 g 脂質 37 g 炭水化物 189.3 g 食塩相当 8.9 g 鉄 7 mg	エネルギー 1352 kcal たんぱく 54.9 g 脂質 42.3 g 炭水化物 185 g 食塩相当 8.2 g 鉄 7 mg	エネルギー 1376 kcal たんぱく 55.7 g 脂質 39.6 g 炭水化物 195.6 g 食塩相当 7.1 g 鉄 7.5 mg	エネルギー 1377 kcal たんぱく 55.6 g 脂質 37.6 g 炭水化物 198.9 g 食塩相当 8.8 g 鉄 6.7 mg	エネルギー 1374 kcal たんぱく 55 g 脂質 33.8 g 炭水化物 203.7 g 食塩相当 8.6 g 鉄 8.1 mg	エネルギー 1378 kcal たんぱく 51 g 脂質 42.5 g 炭水化物 189.4 g 食塩相当 7.5 g 鉄 8.4 mg	エネルギー 1343 kcal たんぱく 56.7 g 脂質 36.1 g 炭水化物 186.6 g 食塩相当 7.9 g 鉄 7.6 mg