

○週間献立表○

常食

日付	2025年04月21日(月)	2025年04月22日(火)	2025年04月23日(水)	2025年4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)	
朝食	ごはん 味噌汁(高野豆腐/かぶ) 肉じゃが 菜の花のお浸し たいみそ 牛乳	ごはん 味噌汁(白菜/おつゆ麩) 豆腐とツナのチャンプルー 小松菜の煮浸し うめびしお 牛乳	ごはん 味噌汁(葉大根/キャベツ) スクランブルエッグ&ウイナー チンゲン菜の煮びたし ふりかけ 牛乳	ごはん 味噌汁(大根/青ねぎ) 豆腐のあんかけ ピーマンの煮物 のり佃煮 牛乳	ごはん 味噌汁(豆腐/いんげん) はんぺん焼き キャベツのポン酢和え たいみそ 牛乳	ごはん 味噌汁(畑菜/里芋) 車麩と鶏団子の煮物 おかか和え うめびしお 牛乳	ごはん 味噌汁(人参/冬瓜) 納豆 白菜ソテー モロヘイヤの和え物 牛乳	
昼食	ごはん 野菜オムレツ スープ煮 中華サラダ 果物	ごはん 鶏肉の葱焼き カニあんかけ ブロッコリーの和え物 果物	ごはん カレイの南部焼き じゃが芋金平風煮 ドレッシング和え ゼリー	◆特別メニュー◆ (A)ごはん (A) 焼き餃子 (B) 肉味噌うどん 里芋のクルマ醤油かけ しろなの和え物 果物	ごはん 鮭のパン粉焼き 青菜ソテー カリフラワーの和え物 果物	ごはん 友禅卵 じゃが芋煮 ツナ和え 果物	ごはん 魚の胡麻マヨ焼き ピーマンの煮物 揚げなす 果物缶	
夕食	ごはん 味噌汁(茄子/葱) さわらの幽庵焼き いんげん煮 胡麻和え	ごはん 味噌汁(冬瓜/かいわれ菜) 赤魚の煮つけ さつま芋の煮物 しろなのマヨ和え	ごはん 味噌汁(絹さや/人参) タンドリーチキン 茄子の煮物 ほうれん草の和え物	ごはん 味噌汁(油揚げ/玉葱) 鱈のムニエル 冬瓜の煮物 ドレッシング和え	ごはん 味噌汁(茄子/かいわれ菜) 八宝菜 菜の花の煮浸し さつま芋サラダ	ごはん すまし汁(かぶ/葉大根) ブリの味噌焼き 野菜のスープ煮 もやし和え	ごはん 味噌汁(麩/キャベツ) ミートローフ ドレッシング和え ほうれん草煮	
一日合計	エネルギー 1780 kcal 蛋白質 72.4 g 脂質 37.4 g 炭水化物 279.2 g ナトリウム 2708 mg	エネルギー 1772 kcal 蛋白質 70.4 g 脂質 37.4 g 炭水化物 278.6 g ナトリウム 2925 mg	エネルギー 1814 kcal 蛋白質 72.2 g 脂質 46.2 g 炭水化物 270.0 g ナトリウム 2848 mg	エネルギー 1810 kcal 蛋白質 70 g 脂質 37 g 炭水化物 291.4 g ナトリウム 2823 mg	1836 kcal 85.1 g 41.7 g 274 g 2955 mg	エネルギー 1806 kcal 蛋白質 72.0 g 脂質 36.3 g 炭水化物 290.5 g ナトリウム 2702 mg	エネルギー 1805 kcal 蛋白質 70.2 g 脂質 41.9 g 炭水化物 275.0 g ナトリウム 3063 mg	エネルギー 1829 kcal 蛋白質 72.2 g 脂質 46.9 g 炭水化物 271.4 g ナトリウム 2788 mg

※特別メニューを選択された場合は、通常の食事負担金額の他に別途100円を頂きます。