

2023年4月通常献立表

※事業所によってはおやつを提供があります。
 ※病状によっては通常と異なる献立の場合があります。

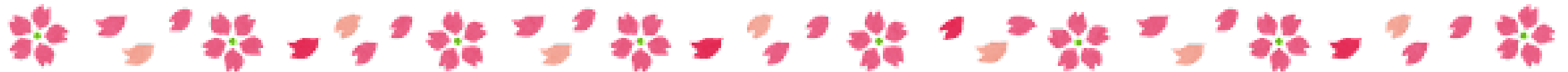
		01日(土)	02日(日)	03日(月)	04日(火)	05日(水)	06日(木)	07日(金)
朝		ご飯 厚揚げの煮物 小松菜のピ-ナツ和え ふりかけ(さけ) みそ汁(里芋・かぶ葉) 牛乳	ご飯 ちくわの甘辛煮 キャベツのおかか和え 茶福豆 みそ汁(しめじ・カメ) 牛乳	ご飯 おムツ 付)ブロッコリー 菜の花のなめたけ和え たいみそ みそ汁(豆腐・貝割) 牛乳	ご飯 ほっけの塩焼き 付)いんげん チゲソ菜のお浸し ふりかけ(かつお) みそ汁(玉葱・油揚げ) 牛乳	ご飯 納豆 白菜の煮浸し 浅漬(きゅうり) みそ汁(大根・大根葉) 牛乳	ご飯 温泉卵 かぶの煮物 香の物(青しその実漬) みそ汁(里芋・水菜) 牛乳	ご飯 肉詰めいなりの煮物 キャベツのゆかり和え たいみそ みそ汁(白菜・ねぎ) 牛乳
	昼	◆開設記念日◆ 豆ご飯 真鯛の筍あんかけ 切干大根の炒め煮 フルーツ盛り合わせ お吸物(とろろ・貝割)	◆開設記念日◆ ご飯 ハンバーグ 付)グリーン野菜 カブとカマのサラダ フルーツ(キウイ) コーンポタージュスープ	ご飯 あじの南蛮漬 じゃが芋の炒め煮 フルーツ缶(みかん) みそ汁(白菜・大根葉)	ご飯 牛肉のカレー炒め かぶのソテー煮 フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(畑菜・うずまき麩)	ご飯 鶏肉のバター醤油焼き 付)ピ-マン金平 菜の花の錦糸和え フルーツ(メロン) みそ汁(豆腐・カメ)	ご飯 鶏肉の列列ソテー焼き 付)いんげん・人参グラッセ ほうれん草と桜えびの和え物 フルーツ(パイナップル) みそ汁(もやし・貝割)	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
夕		ご飯 豚肉の葱塩炒め チゲソ菜とえびの旨煮 ハンバーグ 香の物(しば漬)	ご飯 白身魚の香草焼き 付)スナップエンドウ 冬瓜の信田煮 カブのゆず醤油和え フルーツ缶(マンゴー)	ご飯 鶏肉のみそマネース焼き 付)アスパラ ぜんまい煮 フルーツ(バナナ) きゅうりの塩昆布和え	ご飯 干草焼き 和風あん なすの煮物 キャベツとしらすの和え物 フルーツ(キウイ)	ご飯 豚肉のホ-ン酢炒め さつま芋と昆布の煮物 ツとブロッコリーの和え物 フルーツ缶(ミックス)	ご飯 白身魚のみりん焼き 付)大根おろし かぼちゃの煮物 カブとえのきの酢の物 フルーツ缶(りんご)	ご飯 たらの粕漬焼き 付)畑菜 ふきとさつま揚げの含め煮 フルーツ(キウイ) わかめ佃煮
	エネルギー	1598kcal	1538kcal	1559kcal	1595kcal	1585kcal	1554kcal	1601kcal
蛋白質	68.9g	58g	66.2g	71g	69g	64.1g	67.7g	
脂質	44.2g	33.8g	34.5g	46.2g	36.1g	39.4g	41.3g	
炭水化物	238.6g	259.8g	256.8g	238.2g	256.6g	248.1g	250.4g	
食塩	7.6g	7.4g	7.3g	7.1g	6.7g	6.6g	7.6g	



		08日(土)	09日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
朝		ご飯 炒り豆腐 なすの和風和え ふりかけ(さけ) みそ汁(玉葱・きぬさや) 牛乳	ご飯 厚焼き卵 付)甘酢生姜 畑菜の和え物 あみえび佃煮 みそ汁(キャベツ・油揚げ) 牛乳	ご飯 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草のくるみ和え うめびしお みそ汁(里芋・かぶ葉) 牛乳	ご飯 けんちん菜とパスタの汁 卵サラダ ふりかけ(かつお) みそ汁(もやし・ねぎ) 牛乳	ご飯 さつま揚げの炒め煮 小松菜のおかか和え 香の物(つぼ漬け) みそ汁(おつゆ麩・大根葉) 牛乳	ご飯 厚揚げの吉野煮 いんげんのごまドレッシング和え たいみそ みそ汁(畑菜・さつま芋) 牛乳	ご飯 おひたし 付)スナップエンドウ しろなのわさび和え のり佃煮 みそ汁(えのき・貝割) 牛乳
	昼	 一花祭り 十五穀米 さわらの木の芽焼き 付)たけのこ・はじかみ かぶのえびあんかけ とろろ茶そば オレンジ	ご飯 さばの煮付け 付)おくら・花人参 あさりと菜の花の酢みそかけ フルーツ缶(マンゴー) お吸物(うずまさ麩・貝割)	ご飯 八宝菜 焼売 杏仁フルーツ 中華スープ(小松菜・えのき)	 醤油ラーメン 揚げ餃子 ナムル 杏仁風デザート	 柿のピー 洋風卵焼き コルシオサラダ フルーツ缶(マンゴー) コリアンダー(マッシュルーム・ほうれん草)	ご飯 ほっけの塩麹焼き 付)金時豆・りんご なすの炒め物 白菜と青菜のお浸し みそ汁(玉葱・しめじ)	ご飯 けんちん 付)キャベツ・トマト りーす) 冬瓜のくず煮 ゼリー お吸物(豆腐・ねぎ)
	夕	ご飯 おひたし りーす) 付)温野菜 きんぴらごぼう フルーツ缶(パイナップル) 浅漬(大根)	ご飯 鶏肉の葱りーす 葱りーす) 付)ブロッコリー じゃが芋のたらこ炒め フルーツ(キウイ) 昆布豆	ご飯 牛肉の七味焼き 付)しろな 炒り鶏 フルーツ(バナナ) 香の物(赤しその実漬)	ご飯 肉豆腐 れんこんの甘辛炒め フルーツ(パイナップル) もずく酢	ご飯 鮭のみそバター焼き 付)スナップエンドウ 切干大根の煮物 フルーツ(オレンジ) きゅうりの塩昆布和え	ご飯 鶏肉の山椒焼き 付)菜の花 ゆと里芋の煮物 フルーツ(メロン) 人参サラダ	ご飯 メバルのおろし煮 付)ふき・花人参 じゃが芋きんぴら おくらと鶏肉のポン酢和え フルーツ(パイナップル)
I補給 -		1643kcal	1564kcal	1681kcal	1664kcal	1553kcal	1567kcal	1544kcal
蛋白質		57.4g	72.4g	76.5g	64g	66.8g	67.2g	59.1g
脂質		44.2g	38.7g	46.5g	50g	39g	32.2g	33.8g
炭水化物		261.3g	244.4g	250.6g	249.3g	243.6g	259.9g	263g
食塩		7.5g	7g	7.2g	9.2g	8.6g	7.4g	7.3g



	15日(土)	16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)						
朝	ご飯 里芋のそぼろ煮 ほうれん草の白和え ふりかけ(さけ) みそ汁(もやし・しめじ) 牛乳	ご飯 ウイナーリテ- カレーの和風和え 香の物(桜だいこん) みそ汁(さつまいも・貝割) 牛乳	ご飯 がんもの煮物 二色和え ふりかけ(さけ) みそ汁(冬瓜・大根葉) 牛乳	ご飯 さつま揚げの炒め煮 大根のゆず醤油和え たいみそ みそ汁(小松菜・えのき) 牛乳	ご飯 だし巻卵 付)オクラ 白菜のお浸し 香の物(しば漬け) みそ汁(里芋・水菜) 牛乳	ご飯 鮭の塩焼き 付)うずら豆 春菊のなめたけ和え ふりかけ(のりたま) みそ汁(大根・大根葉) 牛乳	ご飯 納豆 しろなとちくわの煮浸し 浅漬け(きゅうり) みそ汁(もやし・わか) 牛乳						
	ご飯 豚肉のゆず醤油炒め ミザザダ フルーツ(キウイ) みそ汁(白菜・油揚げ)	春のたまご丼 菜の花のピ-ナツ和え フルーツ(オレンジ) お吸物(とろろ・花麩)	ご飯 さばの生姜煮 付)牛蒡・オクラ キャベツのゆかり和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(豆腐・長葱)	ご飯 豆腐ハバ-グ リヤツリ-ス 付)いんげん・人参グラッセ 菜の花の辛子和え フルーツ(パイン) みそ汁(かぶ・ねぎ)	ご飯 あじのレモン醤油焼き 付)しろな ひじきの煮物 フルーツ缶(ミックス) みそ汁(玉葱・しめじ)	きつねそば えび焼売 ブロッコリーのごまドレッシング和え フルーツ(バナナ)	ご飯 鶏肉の梅しそ天ぷら 付)スナップエンドウ 菜の花のくるみ和え フルーツ缶(黄桃) お吸物(卵・貝割)						
	ご飯 牛肉のマスタード焼き 付)いんげん なすの煮浸し フルーツ缶(みかん) 浅漬け(きゅうり)	ご飯 さわらの漬け焼き 付)畑菜・花人参 筍と鶏肉の煮物 フルーツ缶(洋梨) わかめ佃煮	ご飯 鶏肉の塩麹焼き 付)ピ-マン 里芋とちくわの含め煮 フルーツ(バナナ) もずくときゅうりの酢の物	ご飯 鶏肉のチーズ焼き 付)ブロッコリー れんこんと豚肉の金平 フルーツ缶(白桃) 玉葱サラダ	ご飯 キノのカーヴリル 付)アスパラ 野菜とピーマンのトマト煮 マカヒラダ フルーツ(オレンジ)	ご飯 ふくさ焼き 付)いんげん ぜんまい煮 フルーツ缶(パイン) 香の物(青しその実漬け)	ご飯 白身魚の西京焼き 付)人参きんぴら さつまいもと昆布の煮物 白菜のおかか和え フルーツ(キウイ)						
I補給 -	1645kcal	I補給 -	1571kcal	I補給 -	1529kcal	I補給 -	1589kcal	I補給 -	1580kcal	I補給 -	1629kcal	I補給 -	1534kcal
蛋白質	67.2g	蛋白質	62.5g	蛋白質	62.9g	蛋白質	63g	蛋白質	66.9g	蛋白質	67g	蛋白質	63.9g
脂質	51.9g	脂質	44.9g	脂質	36.3g	脂質	34.5g	脂質	42.6g	脂質	41.6g	脂質	30.5g
炭水化物	240.1g	炭水化物	243g	炭水化物	249.6g	炭水化物	266.2g	炭水化物	240.5g	炭水化物	255.9g	炭水化物	264.1g
食塩	6.6g	食塩	7.6g	食塩	7.3g	食塩	7.2g	食塩	7.3g	食塩	7.7g	食塩	6.5g



	22日(土)	23日(日)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
朝	ご飯 ふんわり寄せの煮物 なすのおろし醤油和え のり佃煮 みそ汁(ほうれん草・うずまき麩) 牛乳	ご飯 とりつくね 付)ブロッコリー 長芋とろろ 香の物(赤しその実漬け) みそ汁(うまい菜・えのき) 牛乳	ご飯 つみれと里芋の煮物 菜の花のお浸し ふりかけ(さけ) みそ汁(玉葱・油揚げ) 牛乳	ご飯 スラップルイッパ カワラ-サダ 金時豆 みそ汁(畑菜・おつゆ麩) 牛乳	ご飯 厚揚げの治部煮 チゲソ菜の生姜和え あみえび佃煮 みそ汁(里芋・水菜) 牛乳	ご飯 ウイナ-とかぶのホト 汁とブロッコリーの和え物 ふりかけ(のりたま) みそ汁(豆腐・ねぎ) 牛乳	ご飯 厚焼き卵 付)甘酢生姜 おろしらすのお浸し 金山寺みそ みそ汁(チゲソ菜・油揚げ) 牛乳
昼	ご飯 ほっけのみりん焼き 付)小松菜 肉じゃが フルーツ(オレンジ) みそ汁(冬瓜・ねぎ)	牛丼 温泉卵 キャベツのサラダ みそ汁(もやし・大根葉)	ご飯 麻婆豆腐 春雨サラダ フルーツ缶(洋梨) 中華スープ(チゲソ菜・しめじ)	ご飯 さばの味噌煮 付)長葱 春菊の磯和え フルーツ缶(りんご) お吸物(とろろ・貝割)	ご飯 かにかま入り卵焼き 和風あん) 鶏肉と大根のオイスター炒め フルーツ(メロン) みそ汁(白菜・きぬさや)	◆松花堂弁当◆ たけのご飯 金目鯛の煮付け 付)畑菜 れんこん金平 オレンジ みそ汁(玉葱・わか)	ご飯 牛すき煮 じゃが芋のたらこ炒め フルーツ(パイナップル) みそ汁(もやし・かぶ葉)
夕	ご飯 豚肉の玉葱入り炒め ふきの煮物 チゲソ菜としらすの和え物 フルーツ缶(マンゴー)	ご飯 メバルの照り煮 付)かぶ・花人参 卵の花 畑菜と桜えびの和え物 フルーツ(パイナップル)	ご飯 豚肉のごま醤油焼き 付)ピーマン 白菜と鶏肉の旨煮 フルーツ(オレンジ) 高菜漬け	ご飯 鶏肉のチキチキ焼き 付)スナップエンドウ ジャーマンポテト フルーツ(キウイ) ピクルス	ご飯 さわらの香味焼き 付)うまい菜 なすの煮浸し いんげんのピナッツ和え フルーツ缶(黄桃)	ご飯 回鍋肉 焼売 小松菜としめじの和え物 フルーツ缶(ミックス)	ご飯 赤魚の焼き浸し 付)しろな 冬瓜のそぼろがけ フルーツ缶(マンゴー) 香の物(青しその実漬け)
	1653kcal	1589kcal	1658kcal	1607kcal	1581kcal	1690kcal	1547kcal
E補給 -	1653kcal	1589kcal	1658kcal	1607kcal	1581kcal	1690kcal	1547kcal
蛋白質	66.3g	74.5g	67.7g	64.5g	66.3g	70g	69g
脂質	47.4g	37.3g	48.3g	44.2g	44.6g	48.4g	33.8g
炭水化物	248.1g	250g	247.8g	252.2g	239.2g	256.9g	251.6g
食塩	7.2g	7.2g	6.8g	6g	7.4g	7.1g	7.7g



		29日(土)	30日(日)										
朝		ご飯 大根とちくわの煮物 白菜の塩昆布和え かつおおかか みそ汁(さつま芋・ねぎ) 牛乳	ご飯 にしんの梅煮 加ワワ-のごま醤油和え たいみそ みそ汁(うまい菜・えのき) 牛乳										
	昼	ご飯 白身魚の菜種焼き 付いんげん 若竹煮 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(小松菜・うずまき)	ポ-カレー コールD-サラダ フルーツ(いちご) 香の物(福神漬)										
夕		ご飯 ハバ-グ デミ-ス 付グ リル野菜 アスパラゲ- フルーツ(キウイ) 人参サラダ	ご飯 たらのフライ ソース) 付)スナップ イトウ トマト ふきの炒め煮 菜の花の酢みそがけ フルーツ(オレンジ)										
		1648kcal	1609kcal	kcal	kcal	kcal	kcal	kcal	kcal	kcal	kcal	kcal	kcal
	58.1g	58.3g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g
	48.6g	41.4g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g
	253.7g	260.2g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g
	7.1g	7.2g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g

