



# メニュー (7日間)



令和6年4月15日

~

令和6年4月21日

【★常食I】



	朝食	昼食	夕食	15時
4月15日 (月)	御飯 گانモと南瓜の煮物 春菊の胡麻だれ 鯛味噌 味噌汁 牛乳	御飯 カニクリームコロッケ 菜の花の炒め物 大根とハムのマリネサラダ コンソメスープ フルーツ	御飯 鶏肉の生姜焼 高野豆腐の含め煮 胡瓜のサラダ 味噌汁	プリン
エネルギー たんぱく質	1577 53.2			
4月16日 (火)	御飯 ジャガ芋とツナのコンソメソテー ブロッコリーとコーンのサラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 豚肉とさつま芋の煮物 青梗菜の塩炒め マカロニサラダ 味噌汁 フルーツ	御飯 鶏肉のクリームソース キャベツとウインナーのソテー ほうれん草のサラダ コンソメスープ	コーヒーロール
エネルギー たんぱく質	1528 57.9			
4月17日 (水)	御飯 かぶの洋風煮 インゲンの和風ドレッシング ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 白菜と挽肉の卵炒め さつま芋と豆の煮物 モヤシの中華サラダ 中華スープ フルーツ	御飯 豚肉の胡麻だれ炒め 車麩とフキの煮物 人参サラダ すまし汁	カスタードどら焼
エネルギー たんぱく質	1419 50.6			
4月18日 (木)	食パン 目玉焼 ピーナッツ和え(カリフラワー) チョコレートクリーム コンソメスープ 牛乳	御飯 煮魚(メバル) シューマイ 青梗菜と蒸鶏のお浸し 味噌汁 フルーツ	御飯 鶏の酒蒸 白菜と油揚げの煮物 ハンバーグサラダ 味噌汁	パンナコッタ
エネルギー たんぱく質	1403 60.7			
4月19日 (金)	御飯 生揚げの炒め物 オクラのお浸し ふりかけ 味噌汁 牛乳	★昭和食堂 スパゲティホリタン カリフラワーのスープ煮 コールスローサラダ ポタージュ フルーツポンチ	御飯 シルバーの七味焼き 切昆布の炒り煮 ほうれん草のなめ茸和え すまし汁	まんじゅう
エネルギー たんぱく質	1470 57.3			
4月20日 (土)	御飯 ひじきの煮物 納豆・長葱 漬物 味噌汁 牛乳	御飯 タラのバジルソース 大根とつみれの煮物 枝豆とわかめの和え物 味噌汁 フルーツ	御飯 酢鶏 もやしの三色炒め サツマ芋サラダ 中華スープ	シヨラブチケーキ
エネルギー たんぱく質	1545 55.9			
4月21日 (日)	御飯 南瓜のそぼろあんかけ ほうれん草の辛子和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 豚肉のガーリックソテー じゃが芋のコンソメ煮 インゲンのフレンチサラダ ポタージュ フルーツ	御飯 アサリの卵とじ キャベツとベーコンのソテー かぶの和風和え 味噌汁	やわらかおかし
エネルギー たんぱく質	1425 55.1			

【MEMO】

