



4月の献立



	03月27日(月)	03月28日(火)	03月29日(水)	03月30日(木)	03月31日(金)	04月01日(土)	04月02日(日)														
朝	ご飯 味噌汁(春菊・揚げ) ちくわとさつま芋の煮物 なめたけおろし和え リンゴジュース	ご飯 味噌汁(玉葱・人参) 鮭の塩焼き 小松菜の生姜醤油和え 牛乳	レーズンロール マカロニのトマト煮 コーンサラダ 牛乳	ご飯 味噌汁(大根・叔苴) 厚揚げと野菜の炒め物 かぶのゆかり和え 野菜ジュース	ご飯 味噌汁(しめじ・万葱) 高野豆腐の含め煮 もやしのごま風味 牛乳	ご飯 味噌汁(もやし・揚げ) ウインナーと青菜の炒め物 カリフラワーのツナ和え 牛乳	ご飯 味噌汁(玉葱・椎茸) ツナ炒り卵 オクラのなめ茸和え 牛乳														
昼	あんかけ焼きそば(野菜あんかけ) わかめスープ 餃子&焼売 やわらか杏仁	トルコライス(長崎) コッパスープ(椎茸・白菜) キャベツのコールスロー カステラ	ご飯 中華スープ(長葱・ワカメ) 八宝菜 青菜のナムル ジョア(ローズ&カシス)	ご飯 清汁(小花麩・水菜) ますのチャンチャン焼き 南瓜の煮物 れんこん甘酢漬け	ひき肉と豆のトマトカレー コッパスープ(枝豆・人参) フロッコリーバター醤油 ポテトサラダ	ご飯 味噌汁(キャベツ・畑菜) 鯖の更紗蒸し れんこんの高菜炒め 山菜おかか和え	お花見弁当 いなり・太巻き(ちらし粥) 清汁・筑前煮 シューマイ・菜種和え 黒豆・練りきり														
夕	ご飯 パンプキンスープ チキンの焼き南蛮 カリフラワーコンソメ煮 オレンジ	ご飯 ぶり大根 信田巻き煮 もやしと水菜の磯和え 漬物(胡瓜漬)	ご飯 味噌汁(さつま芋・豆苗) 肉豆腐 菜種和え バナナ	ご飯 鶏もものこってり煮 胡瓜の変わり和え こんぶ豆 グレープゼリー	ご飯 卵スープ 鱈の立田揚げ 切干大根の炒め煮 白菜の三杯酢	ご飯 クリームポタージュ 煮こみハンバーグ 人参ソテー パインアップル	ご飯 沢煮椀 白身魚の揚げ出し トマトのおろし醤油														
一日合計	I補料*	-	1611kcal	I補料*	-	1636kcal	I補料*	-	1559kcal	I補料*	-	1413kcal	I補料*	-	1623kcal	I補料*	-	1498kcal	I補料*	-	1503kcal
	蛋白質		56.9g	蛋白質		62.2g	蛋白質		68.3g	蛋白質		58.3g	蛋白質		63.3g	蛋白質		56.5g	蛋白質		63.9g
	脂質		36g	脂質		46.6g	脂質		40.8g	脂質		25.2g	脂質		47.8g	脂質		37.8g	脂質		36g
	炭水化物		257.3g	炭水化物		233.1g	炭水化物		224.9g	炭水化物		231.3g	炭水化物		228.3g	炭水化物		225.9g	炭水化物		224.6g
	食塩		8.7g	食塩		7.9g	食塩		7.2g	食塩		7.7g	食塩		8.6g	食塩		8.2g	食塩		10.1g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は()内のメニューとなります。



4月の献立



	04月03日(月)	04月04日(火)	04月05日(水)	04月06日(木)	04月07日(金)	04月08日(土)	04月09日(日)							
朝	ご飯 味噌汁 (渦巻き麩・さや) さつま揚げと野菜の煮浸し E04代のごま風味和え リンゴジュース	ミルクロール オムレツ ミネストローネ 牛乳	ご飯 味噌汁 (白玉麩・とろろ) 和風チャンプル 小松菜の和え物 牛乳	ご飯 味噌汁 (わかめ・大根) ツナ炒り卵 オクラのおかか和え 野菜ジュース	ご飯 味噌汁 (おつゆ麩・貝割れ) 野菜炒め 豆とほうれん草のサラダ 牛乳	ご飯 味噌汁 (玉葱・葉) 高野豆腐とえんどうの煮物 もやしのお浸し 牛乳	ご飯 味噌汁 (里芋・豆苗) 五目卵焼き しろ菜ごま和え 牛乳							
昼	ご飯 味噌汁 (大根・葉) 肉団子の黒酢あん 揚げ茄子 春キャベツの胡桃和え	ご飯 味噌汁 (白菜・貝割れ) 鯖の香味焼き 若竹煮 むき海老と菜の花の胡麻だれ	コーンピラフ クリームシチュー カリフラワーのガーリックソテー イタリアンサラダ	ご飯 味噌汁 (椎茸・豆苗) 鶏肉のネギ塩だれ 梅ごぼうサラダ かぶの水晶煮	味噌ラーメン(ハンバーグ) もやしのナムル 餃子 コンポート (マンゴー)	チキンカレー コッパムブ (しめじ・ｺｰﾝ) 和風サラダ コンポート(りんご)	ご飯 味噌汁 (畑菜・えのき) 鶏肉の治部煮 白菜のゆかり和え ジョア(ブルーベリー)							
夕	ご飯 鱈の有馬焼き きざみ昆布の炒り煮 納豆 コンポート (りんご)	ご飯 中華スープ(春雨・葱) 回鍋肉 もやし和え マンゴープリン	ご飯 味噌汁 (葉・なめこ) たらの野菜蒸し 厚揚げの春色あんかけ オレンジ	ご飯 黄金がれいの煮付け ふきと油揚げの煮物 高菜漬け キウイ	ご飯 味噌汁 (インゲン・さつまいも) 鱈の塩焼き ささ身の磯香和え こんぶ豆	ご飯 かきたま汁 ぶりの塩麴焼き しぎ茄子 桜海老とキャベツのお浸し	ご飯 清汁 (小花麩・水菜) 鯖の味噌チーズ焼き 青菜炒め フルーツカクテル							
一日合計	I補給* -	1592kcal	I補給* -	1536kcal	I補給* -	1498kcal	I補給* -	1390kcal	I補給* -	1658kcal	I補給* -	1626kcal	I補給* -	1589kcal
	蛋白質	56.5 g	蛋白質	62.7 g	蛋白質	60.6 g	蛋白質	59.7 g	蛋白質	71.2 g	蛋白質	61.1 g	蛋白質	71 g
	脂質	39.7 g	脂質	48.3 g	脂質	36 g	脂質	31.7 g	脂質	49.1 g	脂質	49.2 g	脂質	36.8 g
	炭水化物	246.9 g	炭水化物	205.4 g	炭水化物	226.8 g	炭水化物	208.7 g	炭水化物	228.5 g	炭水化物	226.8 g	炭水化物	233.5 g
	食塩	7.6 g	食塩	6.9 g	食塩	8.3 g	食塩	7.6 g	食塩	9.4 g	食塩	8.3 g	食塩	8.9 g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は()内のメニューとなります。



4月の献立



	04月10日(月)	04月11日(火)	04月12日(水)	04月13日(木)	04月14日(金)	04月15日(土)	04月16日(日)							
朝	ご飯 味噌汁 (もやし・万葱) 野菜つみれの煮物 ブロッコリーのかつおボン酢 リンゴジュース	ご飯 味噌汁 (かぶ・さや) アジの塩焼き チンゲン菜の和え物 牛乳	黒糖ロール コリアンブ (しいたけ・玉葱) スクランブルエッグ エンドウのソテー 牛乳	ご飯 味噌汁 (大根・葉) 五目豆 和食のごま風味和え 野菜ジュース	卵雑炊 キャベツの炒め物 小松菜のお浸し 牛乳	ご飯 味噌汁 (白菜・春菊) 京がんもの煮物 なめ茸おろし 牛乳	ご飯 味噌汁 (南瓜・長葱) ハンパンの卵とじ 茄子の生姜和え 牛乳							
昼	たけのご飯(茶粥) 味噌汁 (キャベツ・葉) 豆腐とえびの旨煮 焼き南瓜のドレッシング浸し 漬物 (青しその実漬)	山菜うどん(煮物) ちくわの磯辺揚げ さつま芋のサラダ フルーツ&キャロットゼリー	ご飯 わかめスープ 鶏肉と野菜のオムレツ炒め 厚揚げの甘酢生姜だれ 春雨サラダ	ライス ポタージュスープ 舌平目のムニエル キャロットラペ 菜の花ソテー	ご飯 味噌汁 (豆腐・長葱) 豚の塩麴ソテー ブロッコリーのわさび和え 漬物 (しば漬)	親子丼 味噌汁 (なめこ・葉) 青菜のごまよごし こんぶ豆	ご飯 清汁 (とろろ昆布・白玉麴) 赤魚の西京漬け焼き 豚と大根の煮物 わかめの酢の物							
夕	ご飯 松風焼き 五目ひじき 菜花の辛子和え バナナ	ご飯 清汁 (とろろ・貝割れ) 豚肉の味噌炒め 昆布とがんもの煮物 カリフラワーの梅風味	ご飯 清汁 (おつゆ麴・しろ菜) カレイの揚げおろし煮 筍の味噌炒め りんご	ご飯 味噌汁 (さつま芋・豆苗) 鶏肉と焼豆腐の煮込み れんこんさっぱり和え コンポート (みかん)	ご飯 鮭の山椒焼き じゃが芋の煮物 にらともやしの和え物 コンポート (白桃)	ご飯 中華スープ 肉野菜炒め 春巻き キウイ	ご飯 味噌汁 (玉葱・畑菜) 鶏肉の治部煮 とうふチャンプル パイナップル							
一日合計	I補給 -	1448kcal	I補給 -	1493kcal	I補給 -	1494kcal	I補給 -	1537kcal	I補給 -	1351kcal	I補給 -	1574kcal	I補給 -	1532kcal
	蛋白質	55 g	蛋白質	56.7 g	蛋白質	55.6 g	蛋白質	59.3 g	蛋白質	59.9 g	蛋白質	61.2 g	蛋白質	67.5 g
	脂質	27.7 g	脂質	41.6 g	脂質	43.9 g	脂質	33.2 g	脂質	36.1 g	脂質	43.2 g	脂質	40.2 g
	炭水化物	240.9 g	炭水化物	215.9 g	炭水化物	212.7 g	炭水化物	244.3 g	炭水化物	189.5 g	炭水化物	228.9 g	炭水化物	216.3 g
	食塩	8.7 g	食塩	8.4 g	食塩	6.9 g	食塩	8.2 g	食塩	7.9 g	食塩	7.7 g	食塩	9 g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は()内のメニューとなります。



4月の献立



	04月17日(月)	04月18日(火)	04月19日(水)	04月20日(木)	04月21日(金)	04月22日(土)	04月23日(日)							
朝	キャロットロール クラムチャウダー ベーコンとブロッコリーのソテー リンゴジュース	ご飯 味噌汁 (もやし・三つ葉) 肉詰めいなりの含め煮 オクラのおかか和え 牛乳	ご飯 味噌汁 (畑菜・えのき) さつま揚げと野菜炒め物 カリフラワーのゆかり和え 牛乳	ご飯 味噌汁 (わかめ・じゃが芋) 厚焼き卵 豆苗のお浸し 野菜ジュース	卵雑炊 さんまの蒲焼 青菜としいたけのお浸し 牛乳	ご飯 味噌汁 (かぶ・葉) 肉団子と野菜の煮物 なめたけおろし和え 牛乳	ご飯 味噌汁 (南瓜・玉葱) はんぺんと青菜の煮浸し 卵の花 牛乳							
昼	ご飯 味噌汁 (さつま芋・貝割れ) 鶏の唐揚げ 春キャベツのイタリアンマリネ コンポート(みかん)	焼きそば(オムレツ) 中華スープ ツナとアスパラのサラダ グレープゼリー	ご飯 豚汁 鱈の梅煮 南瓜のそぼろあんかけ 野沢菜漬	ご飯 清汁 (小花麩・とろろ昆布) 揚げだし豆腐野菜あん 山菜巾着と野菜の煮物 ジョア(ストロベリー)	豚丼 味噌汁(チゲ) 汁イ・人参 もやしのわさび和え デザートセレクト	ご飯 味噌汁 (キャベツ・万葱) 鯖の生姜焼き 土佐煮 白菜浅漬	郷土料理*神奈川県 しらす丼 けんちん汁 きゅうりとわかめの酢の物 杏仁デザート							
夕	ご飯 味噌汁 (豆腐・葉) 鯖の煮付け 納豆 チンゲン菜の胡麻酢和え	ご飯 コンソメスープ (ほうれん草・マッシュ) カレーのバター醤油焼き 洋風お浸し マカロニサラダ	ご飯 麻婆豆腐 蟹焼売 小松菜のナムル 杏仁デザート	ご飯 鮭のマヨコーン焼き ブロッコリーの炒め ふきの胡麻サラダ コンポート (マンゴー)	ご飯 味噌汁 (春菊・わかめ) ソイの照り煮 大豆と昆布の煮物 バナナ	ご飯 カツ煮 金平ごぼう 畑菜のしらす和え コンポート (りんご)	十五穀米 清汁 (白玉麩・貝割れ) ホキのもろみ焼き とうふチャンプル 切干大根の甘酢和え							
一日合計	I補料 -	1585kcal	I補料 -	1578kcal	I補料 -	1546kcal	I補料 -	1621kcal	I補料 -	1568kcal	I補料 -	1675kcal	I補料 -	1378kcal
	蛋白質	62.9g	蛋白質	61.9g	蛋白質	63.8g	蛋白質	57.4g	蛋白質	65.3g	蛋白質	65.5g	蛋白質	59.1g
	脂質	44.1g	脂質	43.8g	脂質	36.1g	脂質	45.2g	脂質	34.6g	脂質	47.2g	脂質	25.5g
	炭水化物	225.9g	炭水化物	225g	炭水化物	233.5g	炭水化物	239.7g	炭水化物	243.9g	炭水化物	237.5g	炭水化物	219.5g
	食塩	7g	食塩	10g	食塩	7.8g	食塩	7.8g	食塩	8.3g	食塩	8.3g	食塩	8.9g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は()内のメニューとなります。



4月の献立



	04月24日(月)	04月25日(火)	04月26日(水)	04月27日(木)	04月28日(金)	04月29日(土)	04月30日(日)							
朝	ご飯 味噌汁(とろろ昆布・えのき) ちくわとなすのさっと煮 キャベツのしその実和え リンゴジュース	ご飯 味噌汁(もやし・わかめ) 鰯つみれの煮物 おくらのお浸し 牛乳	ご飯 味噌汁(しめじ・揚げ) 卵の炒め物 カリフラワーの和え物 牛乳	デニッシュロール クリーム煮 かに風味サラダ 野菜ジュース	ご飯 味噌汁(里芋・しろ菜) 厚揚げのそぼろ炒め ブロッコリーのお浸し 牛乳	ご飯 味噌汁(渦巻き麩・葱) 魚肉ソーセージと野菜のソテー 茄子の生姜和え 牛乳	ご飯 味噌汁(もやし・豆苗) さつま揚げと野菜の煮物 なめたけおろし和え 牛乳							
昼	ご飯 味噌汁(豆腐・長葱) 白身魚の香味だれ 挽肉と春雨の炒め物 青菜の辛子和え	ご飯 コッスル-ブ(ほうれん草・マッシュ) 照り焼きハンバーグ ごぼうサラダ コンポート(みかん)	ナポリタン(ハンバーグ) コッスル-ブ(ベーコン・セロリ) ツナサラダ コンポート(黄桃)	麦ご飯 味噌汁(白菜・えのき) 鱈の南蛮漬け 菜の花炒め とろろ芋	ご飯 かき玉汁 赤魚の粕漬け焼き れんこんの味噌炒め 落花生和え	昭和の日 鯉のたたき丼 清汁(白玉麩・さや) 白滝の炒り煮 抹茶アイス	ご飯 味噌汁(玉葱・わかめ) 鱈の漬け焼き さつま芋のりんご煮 浅漬け							
夕	ご飯 コッスル-ブ(しいたけ・コーン) 鶏と野菜のトマト煮込み グリーンサラダ パインアップル	ご飯 たらと野菜の吹き寄せ ポン酢おろし れんこんのピリ辛炒め 人参ドレ和え	ご飯 味噌汁(おつゆ麩・豆苗) カレイの煮付け 桜海老ともやしのソテー 小松菜のクルミ和え	ご飯 豚肉の生姜焼き じゃが芋の味噌照り煮 漬物(赤しその実) オレンジ	ご飯 肉団子の甘酢あん もやしの胡麻よごし 煮奴 キウイ	ご飯 味噌汁(コーン・畑菜) 鶏肉の南蛮漬け 里芋の柚子味噌かけ コンポート(白桃)	ポークカレー コッスル-ブ(人参・しめじ) 春キャベツのコールスロー フルーツカクテル							
一日合計	I補給* -	1378kcal	I補給* -	1507kcal	I補給* -	1515kcal	I補給* -	1502kcal	I補給* -	1570kcal	I補給* -	1537kcal	I補給* -	1537kcal
	蛋白質	49.9g	蛋白質	58.1g	蛋白質	53.2g	蛋白質	62.8g	蛋白質	62.5g	蛋白質	60g	蛋白質	51.6g
	脂質	25.4g	脂質	37.6g	脂質	47.6g	脂質	36.3g	脂質	38.3g	脂質	38.9g	脂質	35.6g
	炭水化物	230.8g	炭水化物	230g	炭水化物	209.7g	炭水化物	224.3g	炭水化物	237.3g	炭水化物	228.8g	炭水化物	245.5g
	食塩	8.1g	食塩	7.4g	食塩	8.9g	食塩	7.1g	食塩	7.2g	食塩	7.6g	食塩	8.7g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は()内のメニューとなります。