

(A)

	令和08年04月01日(水)	令和08年04月02日(木)	令和08年04月03日(金)	令和08年04月04日(土)	令和08年04月05日(日)	令和08年04月06日(月)	令和08年04月07日(火)
朝	梅しそお粥 鮭の塩焼き～ほうれん草ソテー ヨーグルト	食パン ウインナーソテー カルシウム牛乳	黒糖ロール 野菜入りスクランブルエッグ カルシウム牛乳	青菜のお粥 鶏の塩麴焼き～いんげんソテー ヨーグルト	御飯 さわらの西京焼き &菜の花の煮浸し 【UP↑】朝の豚汁 ヨーグルト	食パン とりつくね～ポロコリーソテー カルシウム牛乳	黒糖ロール ベーコンのトマト煮込み カルシウム牛乳
朝間	グレープジュース	いちご牛乳	アップルジュース	お楽しみ	スポーツドリンク	マミー	グレープジュース
昼	◇けんちんうどん定食 けんちんうどん ミートボール メロンゼリー	◇高菜チャーハン定食 高菜チャーハン 焼き餃子 マカロニサラダ コーンとカニの中華スープ	◇お店の本格ビーフカレー 御飯 ビーフカレー 野菜ソテー ビタミンゼリー	◇懐かしのカニコロッセ定食 御飯 カニクリームコロッセ 付)キャベツ 温泉卵 キウイゼリー お吸い物	◇ミートローフランチ 御飯 ミートローフ ナポリタン ブドウムース クリームスープ	◇町中華！定食 御飯 青椒肉絲 海鮮焼売 杏仁ムース チキンスープ	◇お花見御膳 桜ちらし寿司 さわらの菜種焼き 付)そら豆 フキとがんもの煮物 さくらゼリー
昼間	バニラロールケーキ	きみしぐれ	パウムクーヘン	クッキー&チョコクッキー	水ようかん	黒棒	いちごロールケーキ
夕	御飯 親子煮 いんげんの白ごま和え 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 あじのみりん焼き &ひじきの煮物 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 鶏肉の梅しそ焼き &カリフラワーおかか 青菜の和え物 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 牛肉のしぐれ煮 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 ぶりの照焼き &きんぴらごぼう なすのお浸し 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 さばの塩麴焼き &青梗菜の煮浸し 卵豆腐 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 八宝菜 オクラの和え物 【UP↑】夜のこくま鶏スープ
エネルギー	1702 kcal	エネルギー 1577 kcal	エネルギー 1633 kcal	エネルギー 1501 kcal	エネルギー 1627 kcal	エネルギー 1715 kcal	エネルギー 1643 kcal
蛋白質	67.3 g	蛋白質 63.9 g	蛋白質 58.8 g	蛋白質 58.8 g	蛋白質 60.8 g	蛋白質 67.7 g	蛋白質 64.2 g
脂質	45.6 g	脂質 40.9 g	脂質 55.3 g	脂質 35.3 g	脂質 43.4 g	脂質 50.1 g	脂質 61.4 g
食塩相当	7.5 g	食塩相当 7.4 g	食塩相当 6.7 g	食塩相当 6.2 g	食塩相当 5.8 g	食塩相当 7.1 g	食塩相当 5.8 g
食物繊維	18.6 g	食物繊維 19.2 g	食物繊維 15.6 g	食物繊維 15.0 g	食物繊維 30.6 g	食物繊維 23.0 g	食物繊維 15.9 g

(A)

	令和08年04月08日(水)	令和08年04月09日(木)	令和08年04月10日(金)	令和08年04月11日(土)	令和08年04月12日(日)	令和08年04月13日(月)	令和08年04月14日(火)
朝	梅しそお粥 豆腐ハンバーグ～いんげんソテー ヨーグルト	食パン サバソテー～チンゲン菜 カルシウム牛乳	黒糖ロール オムレツ～トマト煮込み カルシウム牛乳	青菜のお粥 銀ひらすのバター醤油焼き～ ヨーグルト	御飯 サバのトマト煮込み ポタージュ ヨーグルト	食パン とりつくね～いんげんソテー カルシウム牛乳	黒糖ロール 銀ひらすのバター醤油焼き～ カルシウム牛乳
朝間	いちご牛乳	アップルジュース	オレンジジュース	お楽しみ	コーヒー牛乳	グレープジュース	いちご牛乳
昼	◇キッシュランチ 菜飯 ベーコンのキッシュ ごぼうサラダ ビタミンゼリー ポタージュスープ	◇本格！麻婆豆腐定食 御飯 麻婆豆腐 白菜の酢の物 フルーツ(みかん) ごま油香るワカメスープ	◇吉野家！牛皿ランチ 御飯 牛皿 大学芋 マンゴーゼリー 中華スープ	◇さば塩焼き定食 御飯 さばの塩焼き 付)大根おろし 胡瓜とわかめの和え物 イチゴムース 清汁	◇炭火焼チキン香味だれ定 御飯 炭火焼きチキン～香味ソース &ブロッコリー 春雨サラダ メロンゼリー ワタンスープ	◇鱈の西京焼き御膳 御飯 さわらの西京焼き 付)甘酢生姜 にら玉 オレンジゼリー 塩ちゃんこスープ	◇本格！天津飯ランチ 天津飯 肉焼売 春雨サラダ 中華スープ
昼間	のり塩おかき	チョコクレープ	ソフトぼうろ	モカクリームサンド	味噌まんじゅう	チョコドーナツ	抹茶パンケーキ
夕	御飯 牛焼肉 &野菜ソテー ブロッコリーのごま和え 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 赤魚の味噌煮 &里芋の煮物 なすのおかか和え 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 ホッケのみりん焼き &ひじきの煮物 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 麻婆茄子 いんげんの白ごま和え 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 めばるの煮付け &大根と人参の煮物 豆のゴマサラダ 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 鶏肉のクリーム煮 青梗菜の和え物 青梅ゼリー	御飯 さばの味噌煮 &かぼちゃの煮物 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁
	エネルギー 1544 kcal	エネルギー 1527 kcal	エネルギー 1667 kcal	エネルギー 1625 kcal	エネルギー 1605 kcal	エネルギー 1625 kcal	エネルギー 1720 kcal
	蛋白質 58.4 g	蛋白質 62.4 g	蛋白質 56.1 g	蛋白質 61.7 g	蛋白質 62.7 g	蛋白質 63.5 g	蛋白質 64.1 g
	脂質 40.4 g	脂質 37.1 g	脂質 51.4 g	脂質 53.2 g	脂質 35.0 g	脂質 50.6 g	脂質 58.4 g
	食塩相当 8.5 g	食塩相当 6.1 g	食塩相当 6.1 g	食塩相当 6.7 g	食塩相当 7.3 g	食塩相当 6.4 g	食塩相当 8.0 g
	食物繊維 16.5 g	食物繊維 15.1 g	食物繊維 17.0 g	食物繊維 16.6 g	食物繊維 17.8 g	食物繊維 4.9 g	食物繊維 16.6 g

(A)

	令和08年04月15日(水)	令和08年04月16日(木)	令和08年04月17日(金)	令和08年04月18日(土)	令和08年04月19日(日)	令和08年04月20日(月)	令和08年04月21日(火)
朝	梅しそお粥 鮭の塩焼き～ほうれん草ソテー ヨーグルト	食パン ウインナーソテー カルシウム牛乳	黒糖ロール 野菜入りスクランブルエッグ カルシウム牛乳	青菜のお粥 鶏の塩麹焼き～いんげんソテー ヨーグルト	御飯 さわらの西京焼き &菜の花の煮浸し 【UP↑】朝の豚汁 ヨーグルト	食パン とりつくね～ポコリソテー カルシウム牛乳	黒糖ロール ベーコンのトマト煮込み カルシウム牛乳
朝間	アップルジュース	オレンジジュース	マミー	お楽しみ	スポーツドリンク	いちご牛乳	アップルジュース
昼	◇キーマカレーランチ 御飯 キーマカレー ごぼうサラダ イチゴゼリー	◇親子煮定食 御飯 親子煮 いんげんのごま和え フルーツ(みかん) 清汁	◇焼き魚定食 御飯 ほっけのみりん焼き 付)甘酢生姜 高野の吹き寄せ オレンジゼリー 野菜スープ	◇メンチカツランチ 御飯 メンチカツ 付)キャベツ 胡瓜とわかめの和え物 ヨーグルト けんちん汁	◇お肉を食べよう！ランチ チャーシュー丼 温泉卵 ツナサラダ お吸い物	◇オムライスランチ オムライス ホッパのキャロットサラダ きなこプリン クラムチャウダー	◇コトコ煮込んだ角煮定食 御飯 豚の角煮 &青梗菜の煮浸し たけのこワカメの酢味噌和え パインゼリー 塩ちゃんこスープ
昼間	バナナクリームサンド	こしあんぱん	ソフトサラダ	チーズケーキ	ずんだどら焼き	イチゴクレープ	チョコレート饅頭
夕	御飯 青椒肉絲 卵豆腐 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 めばるの中華蒸し &大根と人参の煮物 ごま豆腐 【UP↑】夜の豚汁	御飯 豚の角煮 &青梗菜の煮浸し カリフラワーのおかか和え 【UP↑】夜のこくうま鶏スープ	御飯 さわらの西京焼き &切干大根煮 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 銀ひらすの煮付け &里芋の煮物 菜の花の和え物 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 ピーマンの肉詰め &青梗菜の煮浸し 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 たらのムニエル &具だくさんのトマト煮 ほうれん草の和え物 【UP↑】夜のお味噌汁
	エネルギー 1643 kcal	エネルギー 1642 kcal	エネルギー 1478 kcal	エネルギー 1518 kcal	エネルギー 1659 kcal	エネルギー 1654 kcal	エネルギー 1560 kcal
	蛋白質 62.8 g	蛋白質 65.1 g	蛋白質 56.4 g	蛋白質 62.0 g	蛋白質 68.0 g	蛋白質 64.9 g	蛋白質 55.6 g
	脂質 48.1 g	脂質 42.8 g	脂質 44.8 g	脂質 37.0 g	脂質 53.6 g	脂質 47.8 g	脂質 45.8 g
	食塩相当 6.5 g	食塩相当 6.8 g	食塩相当 5.9 g	食塩相当 5.5 g	食塩相当 5.6 g	食塩相当 7.9 g	食塩相当 5.9 g
	食物繊維 15.6 g	食物繊維 15.1 g	食物繊維 15.6 g	食物繊維 16.2 g	食物繊維 24.3 g	食物繊維 16.2 g	食物繊維 16.8 g

(A)

	令和08年04月22日(水)	令和08年04月23日(木)	令和08年04月24日(金)	令和08年04月25日(土)	令和08年04月26日(日)	令和08年04月27日(月)	令和08年04月28日(火)
朝	梅しそお粥 豆腐ハンバーグ～いんげんソテー ヨーグルト	食パン サバソテー～チンゲン菜 カルシウム牛乳	黒糖ロール オムレツ～トマト煮込み カルシウム牛乳	青菜のお粥 銀ひらすのバター醤油焼き～ ヨーグルト	御飯 サバのトマト煮込み ポタージュ ヨーグルト	食パン とりつくね～いんげんソテー カルシウム牛乳	黒糖ロール 銀ひらすのバター醤油焼き～ カルシウム牛乳
朝間	オレンジジュース	マミー	グレープジュース	お楽しみ	グレープジュース	アップルジュース	オレンジジュース
昼	◇豚の香ばし漬け焼き定食 御飯 豚漬け 付)ソテー オクラの和え物 マンゴーゼリー 野菜を食べるスープ	◇かに玉定食 御飯 かに玉 肉焼売 ごぼうサラダ 中華スープ	◇和風ハンバーグランチ 御飯 和風ハンバーグ &ひじきの煮物 豆のサラダ ヨーグルト 野菜たっぷりスープ	◇チキン南蛮定食 御飯 チキン南蛮 付)いんげん 春雨サラダ キウイゼリー クリームスープ	◇あじフライランチ 御飯 あじフライ 付)キャベツ 温泉卵 フルーツ(白桃) 野菜たっぷりスープ	◇八宝菜定食 御飯 八宝菜 がんと煮物 マンゴーゼリー お吸い物	◇本日のランチ(鯖ごま味噌焼 御飯 鯖のゴマみそ焼き 付)香の物 茄子のおろしポン酢 イチゴムース 具沢山スープ
昼間	レモンケーキ	きなこパンケーキ	吹雪まんじゅう	クリームパン	(笑顔)あまおう苺のフロマー	もみじまんじゅう	チョコパン
夕	御飯 鶏肉の炙り味噌焼き &きんぴらごぼう 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 赤魚のみりん焼き &かぼちゃの煮物 卵豆腐 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き &野菜炒め 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 めばるの中華蒸し &大根と人参の煮物 カリフラワーの和え物 【UP↑】夜のこくま鶏スープ	御飯 炭火焼きチキン～香味ソース &ひじきの煮物 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 ぶり大根 とろろ 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 鶏肉のねぎ塩炒め ほうれん草の和え物 【UP↑】夜のお味噌汁
	エネルギー 1587 kcal	エネルギー 1732 kcal	エネルギー 1550 kcal	エネルギー 1600 kcal	エネルギー 1609 kcal	エネルギー 1753 kcal	エネルギー 1413 kcal
	蛋白質 66.9 g	蛋白質 64.5 g	蛋白質 57.4 g	蛋白質 65.0 g	蛋白質 63.1 g	蛋白質 65.9 g	蛋白質 61.6 g
	脂質 46.2 g	脂質 52.3 g	脂質 40.5 g	脂質 36.7 g	脂質 44.6 g	脂質 54.9 g	脂質 40.4 g
	食塩相当 6.0 g	食塩相当 7.5 g	食塩相当 6.7 g	食塩相当 7.6 g	食塩相当 5.7 g	食塩相当 6.5 g	食塩相当 5.3 g
	食物繊維 19.4 g	食物繊維 15.1 g	食物繊維 21.9 g	食物繊維 16.0 g	食物繊維 17.7 g	食物繊維 14.0 g	食物繊維 15.3 g

(A)

	令和08年04月29日(水)	令和08年04月30日(木)														
朝	梅しそお粥 鮭の塩焼き～ほうれん草ソテ ヨーグルト	食パン ウインナーソーテー カルシウム牛乳														
朝間	マミー	グレープジュース														
昼	◇チキンのクリーム煮ランチ 黒糖ロール 鶏肉のクリーム煮 りんごとさつま芋のサラダ ブドウムース	◇野菜たっぷり洋食ランチ 洋風炊き込み御飯 たらのムニエル ビーンズサラダ ヨーグルト 野菜を食べるスープ														
昼間	カステラまんじゅう	ドームケーキ(カスタード)														
夕	御飯 さばの塩焼き &カリフラワーおかか 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 鶏のさっぱり煮 オクラの和え物 【UP↑】夜のお味噌汁														
	エネルギー	1539 kcal	エネルギー	1567 kcal	エネルギー	kcal										
	蛋白質	65.6 g	蛋白質	62.4 g	蛋白質	g										
	脂質	51.8 g	脂質	36.4 g	脂質	g										
	食塩相当	6.0 g	食塩相当	7.2 g	食塩相当	g	食塩相当	g	食塩相当	g	食塩相当	g	食塩相当	g	食塩相当	g
	食物繊維	17.0 g	食物繊維	19.2 g	食物繊維	g										