

令和7年4月 予定献立表

常食・きざみ

| | 朝食 | 昼食 | 夕食 |
|-----------|---|---|--|
| 11 (金) | 451Kcal ご飯 みそ汁 がんもどき煮 フレーク和え ヨーグルト | 449Kcal ほうとう風うどん たまご焼き しその実和え 果物 牛乳 | 509Kcal ご飯 豚肉のおろししょうゆ ほうれんそうのしらす和え みそ汁 あんみつ |
| 12 (土) | 427Kcal ご飯 みそ汁 納豆 野菜炒め ヨーグルト | 484Kcal ご飯 鶏肉のみそ照り焼き きんぴらごぼう なすの辛子酢和え 果物 | 505Kcal ご飯 煮魚(カレイ) 南瓜サラダ みそ汁 きなマンジェ |
| 13 (日) | 395Kcal 雑炊 五目豆 漬物 ヨーグルト | 541Kcal ハヤシライス 豆腐のサラダ らっきょう ピーチゼリー ドリンクヨーグルト | 475Kcal ご飯 白身魚の若草あげ 酢味噌かけ みそ汁 ムース |
| 14 (月) | 410Kcal ご飯 みそ汁 さつま揚げ煮 おろし和え ヨーグルト | 506Kcal ホットドッグ 野菜のスープ煮 春雨サラダ 果物 牛乳 | 496Kcal ご飯 親子煮 青菜のなめこ和え みそ汁 小豆煮 |
| 15 (火) | 437Kcal ご飯 みそ汁 たまご焼き 煮ひたし ヨーグルト | 477Kcal ご飯 ぶりの照り焼き かぼちゃのそぼろ煮 わさび和え 果物 | 486Kcal ご飯 煮魚(メバル) ブロッコリーたらこマヨかけ 野菜わん ビタミンゼリー |
| 16 (水) | 469Kcal ご飯 みそ汁 目玉焼き 菜の花シラス和え ヨーグルト | 486Kcal ご飯 豚肉のみそ炒め 里芋煮 おくらのおかか和え 果物、牛乳 | 464Kcal ご飯 サーモンフライ 大根のサラダ みそ汁 ようかん |
| 17 (木) | 441Kcal ご飯 みそ汁 納豆 野菜炒め ヨーグルト | 482Kcal ご飯 鶏肉となすの炒め煮 厚揚げ煮 辛子和え 果物 | 484Kcal ご飯 魚の更紗蒸し さつまいものサラダ みそ汁 ストロベリーゼリー |
| 18 (金) | 414Kcal ご飯 みそ汁 はんぺん煮 ごま和え ヨーグルト | 503Kcal 月見そば れんこんのきんぴら風 即席漬け 果物 牛乳 | 497Kcal ご飯 鶏団子の甘酢あんかけ 青菜の山かけ みそ汁 豆乳デザート |
| 19 (土) | 441Kcal ご飯 みそ汁 オムレツ 煮ひたし ヨーグルト | 408Kcal 五目ごはん 蒸魚のあんかけ 切干煮 酢のもの 果物 | 558Kcal ご飯 鶏の唐揚げ煮 ポテトサラダ みそ汁 チョコプリン |
| 20 (日) | 354Kcal 雑炊 五目豆 しば漬け ヨーグルト | 537Kcal ドライカレー 卵サラダ 福神漬け 果物ゼリー ドリンクヨーグルト | 545Kcal ご飯 魚のおろし煮 マカロニサラダ みそ汁 栄養ゼリー |

食材の入荷都合により献立が変更になる場合があります。

安立園特別養護老人ホーム

令和7年4月 予定献立表 ソフト

| | 朝食 | 昼食 | 夕食 |
|-----------|--|---|---|
| 11 (金) | 338Kcal 粥 みそ汁 ごまとうふ くるみ和え ヨーグルト | 459Kcal 粥 みそ煮 たまご焼き しその実和え 果物、牛乳 | 463Kcal 粥 豚肉のおろししょうゆ おひたし みそ汁 みつ豆 |
| 12 (土) | 333Kcal 粥 みそ汁 納豆 野菜炒め ヨーグルト | 428Kcal 粥 鶏肉のみそ照り焼き きんぴらごぼう なすの辛子酢和え 果物 | 442Kcal 粥 煮魚(カレイ) 南瓜サラダ みそ汁 きなマンジェ |
| 13 (日) | 443Kcal 雑炊 五目豆 うめびしお ヨーグルト | 475Kcal ハヤシと粥 豆腐のサラダ らっきょう ピーチゼリー ドリンクヨーグルト | 407Kcal 粥 天ぷら(ソフト) 酢味噌かけ みそ汁 ムース |
| 14 (月) | 382Kcal 粥 みそ汁 鯛のムース おろし和え ヨーグルト | 484Kcal パン粥 コーヒー風味 ミートローフ風 野菜のスープ煮 トマトゼリー 果物、牛乳 | 412Kcal 粥 親子蒸し 青菜のなめこ和え みそ汁 小豆煮 |
| 15 (火) | 370Kcal 粥 みそ汁 たまご焼き 煮浸し(ソフト) ヨーグルト | 356Kcal 粥 煮魚 かぼちゃのそぼろ煮 わさび和え 果物 | 489Kcal 粥 煮魚(メバル) ブロッコリーたらこマヨかけ すまし汁 ビタミンゼリー |
| 16 (水) | 363Kcal 粥 みそ汁 目玉焼き(ソフト) 枝豆ゼリー ヨーグルト | 384Kcal 粥 豚肉のみそ炒め 里芋煮 おひたし 果物、牛乳 | 456Kcal 粥 フライ(ソフト) サラダ みそ汁 ようかん |
| 17 (木) | 339Kcal 粥 みそ汁 納豆 野菜炒め(ソフト) ヨーグルト | 443Kcal 粥 鶏肉となすの炒め煮 豆腐 辛子和え 果物 | 428Kcal 粥 魚の更紗蒸し さつま芋のサラダ みそ汁 ストロベリーゼリー |
| 18 (金) | 367Kcal 粥 みそ汁 ほたてのムース ごま和え ヨーグルト | 443Kcal 粥 みそ煮 れんこんのきんぴら風 即席漬け 果物、牛乳 | 425Kcal 粥 鶏団子の甘酢あんかけ 青菜の山かけ みそ汁 豆乳デザート |
| 19 (土) | 337Kcal 粥 みそ汁 オムレツ ほうれんそうゼリー ヨーグルト | 374Kcal 粥 蒸魚のあんかけ 切干煮 くるみ和え 果物 | 527Kcal 粥 鶏のから揚げ煮(ソフト) ポテトサラダ みそ汁 チョコプリン |
| 20 (日) | 368Kcal 雑炊 五目豆 のり佃煮 ヨーグルト | 461Kcal カレーと粥 サラダ 福神漬け 果物ゼリー ドリンクヨーグルト | 496Kcal 粥 魚のおろし煮 トマトゼリー みそ汁 栄養ゼリー |

食材の入荷都合により献立が変更になる場合があります。
ソフト食対象の方に、昼と夕食の粥にPFCパウダーを添加しています。

安立園特別養護老人ホーム