

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