

予定献立一覧表



ファミリーイン堀之内  
令和8年4月19日 ~ 令和8年4月26日

【一般食】

	4月19日(日)	4月20日(月)	4月21日(火)	4月22日(水)	4月23日(木)	4月24日(金)	4月25日(土)	4月26日(日)
朝	お粥 生揚げの含煮 しその実漬 ジョア いちご 	お粥 キャベツそぼろ炒煮 白和え(くるみ) ジョア マスカット	お粥 竹輪の甘辛煮 辛し和え(アスパラ) ジョア	お粥 半片のふわふわ煮 千鳥浸し ジョア いちご	お粥 竹輪と落のおかか煮 お浸し(オクラ・エノキ) ジョアブルーベリー 	かにぞうすい 仙台麩の煮物 おぐらの胡麻和え ジョア マスカット	お粥 田舎煮(大根) 山芋の酢の物 ジョアブルーベリー	鮭ぞうすい 鶏シシヨウの煮物 磯和えホウレン草人 参 ジョア いちご
昼	ご飯 味噌汁(油揚げ・モヤシ) 魚のカレー焼き 大根のこってり煮 青菜とカニの酢物 果物(みかん缶) ***** カステラ 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 味噌汁(里芋・小葱) スパイシーチキン ひじきの炒り煮 ポテトマッシュ 果物(白桃ダイス) ***** キャロットゼリー 紅茶・オリゴ糖入	ゆかりご飯 味噌汁(かぶ) 鶏肉のもも焼き 筍のおかか煮 南瓜サラダ 果物(パイン缶) ***** ミルクまんじゅう 紅茶・オリゴ糖入	 野菜たっぷりタンメン 焼売 ナムル 果物(黄桃ダイス) ***** スイートポテト 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 味噌汁(茄子・シメジ) 鮭のチャンチャン焼き 人参ピーマンの中華炒 ごま和え(インゲン) 果物(バナナ) ***** 大きな今川焼 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 味噌汁(麩・白菜) トンカツ じゃが芋の粉吹煮 辛し正油(モヤシ油揚げ) 果物(みかん缶) ***** たい焼き 紅茶・オリゴ糖入	 牛丼 味噌汁(青菜・小葱) かぶの吉野煮 酢の物シラス・キャベツ 果物(黄桃ダイス) ***** 白いプリン 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 味噌汁(里芋・大根) つくねの甘辛煮 センマイと油揚げの煮付 くるみ和え(春菊) 果物(みかん缶) ***** せんべい 紅茶・オリゴ糖入
夕	ご飯 清汁(半片・ワカメ) 松風焼き 茄子ヒーマンの味噌炒 楽京サラダ	ご飯 味噌汁(麩・大根) 魚の七味焼き 田舎煮(蓮根) 山葵和えキュウリ笹蒲	・ 他人丼 味噌汁(エノキ青梗菜) 湯豆腐 もずく酢 	ご飯 清汁(麩・長葱) 鮭フライ 大根の味噌煮 生姜和え	ご飯 味噌汁(豆腐・ワカメ) 鶏肉のソース煮込み ビーフン炒め 菜種和え 	ご飯 味噌汁(モヤシ・ニラ) 豚肉の生姜焼き 細切大根の炒め煮 ピーナツ和え(インゲン)	ご飯 味噌汁(茄子・シメジ) 豆腐とエビの辛味炒 刻み昆布の煮付 中華和え	ご飯 清汁(豆腐・ワカメ) 魚の西京焼き インゲンのきんぴら エノキとオクラの梅おかか和え
1日合計	kcal 1320 水分 554.1 g 蛋白質 58.7 g 脂質 30.8 g 食塩相 7.4 g	kcal 1355 水分 658.7 g 蛋白質 60.5 g 脂質 30.9 g 食塩相 8.7 g	kcal 1356 水分 597.2 g 蛋白質 58.3 g 脂質 29.5 g 食塩相 8.6 g	kcal 1332 水分 806.4 g 蛋白質 52 g 脂質 31.5 g 食塩相 7.8 g	kcal 1335 水分 576.1 g 蛋白質 57.1 g 脂質 22.2 g 食塩相 8.2 g	kcal 1331 水分 607.5 g 蛋白質 62.6 g 脂質 21.2 g 食塩相 7 g	kcal 1305 水分 718.1 g 蛋白質 60.5 g 脂質 20.8 g 食塩相 9 g	kcal 1320 水分 447.6 g 蛋白質 54.5 g 脂質 35.1 g 食塩相 8.8 g
備考								