

〇〇 献立表 〇〇 [常 食]

区分	令和 7年 4月21日(月)	令和 7年 4月22日(火)	令和 7年 4月23日(水)	令和 7年 4月24日(木)	令和 7年 4月25日(金)	令和 7年 4月26日(土)	令和 7年 4月27日(日)
朝食	ふかし芋 味噌汁 カツオ味噌 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリやさい豆 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリきんとき 牛乳	ご飯 味噌汁 やわらか干し大根 牛乳	ご飯 味噌汁 大豆とひじきの炒煮 牛乳	ご飯 味噌汁 味の花 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリうぐいす豆 牛乳
朝間食	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯
昼食	ご飯 腹皮の揚げ煮 おろし和え 吸物 ささみときゅうりの酢 の物 ミルクくず餅	ご飯 シチュー 豚肉の味噌焼き ほうれん草のお浸し もずくの酢の物 トマトゼリー	鮭菜ご飯 魚の味噌煮 卵スープ 酢の物	ご飯 魚の磯辺揚げ 小松菜のお浸し 味噌汁 南瓜の甘煮 フルーツ (パイン缶)	ご飯 焼きビーフン かぼちゃのスープ ささみときゅうりの酢 の物 ミロゼリー	ご飯 魚の味噌焼き おろし和え コーンスープ 白和え	ゆかりご飯 魚のムニエル 大根おろし ワカメスープ ほうれん草サラダ
昼間食	ラクーナ白ぶどうジュ ース	ラクーナ桃ジュース	黒糖ミルクゼリー	ラクーナりんごジュ ース	ラクーナ白ぶどうジュ ース	黒糖ヨーグルト	南瓜プリン
夕食	ご飯 鶏肉のごま照焼き 小松菜のお浸し 人参の甘煮 豆乳 かぼちゃサラダ フルーツ (みかん缶)	ご飯 魚の照焼き 大根おろし かぼちゃのグラッセ 豆乳 卵とうふ フルーツ (リンゴ)	ご飯 ピーマンの肉詰め焼き 人参グラッセ 豆乳 マカロニサラダ フルーツ (バナナ)	ご飯 ロールキャベツ 豆乳 なます お芋プリン	ご飯 魚の揚げ煮 大根おろし 豆乳 ポテトサラダ フルーツ (キウイ)	ご飯 鶏肉から揚げ 小松菜のお浸し 豆乳 お芋サラダ フルーツ (オレンジ)	ご飯 豚骨 豆乳 たこの酢の物 甘夏みかん缶
摂取量	エネルギー :1402 kcal 蛋白質 : 63.3 g 脂 質 : 29.7 g 炭水化物 : 213.5 g 塩 分 : 7.7 g	エネルギー :1409 kcal 蛋白質 : 62.5 g 脂 質 : 38.8 g 炭水化物 : 216.1 g 塩 分 : 6.3 g	エネルギー :1418 kcal 蛋白質 : 53.7 g 脂 質 : 38.4 g 炭水化物 : 212.9 g 塩 分 : 6.5 g	エネルギー :1431 kcal 蛋白質 : 61.1 g 脂 質 : 34.1 g 炭水化物 : 226.3 g 塩 分 : 7.5 g	エネルギー :1424 kcal 蛋白質 : 56.2 g 脂 質 : 40.1 g 炭水化物 : 201.6 g 塩 分 : 6.2 g	エネルギー :1402 kcal 蛋白質 : 52.9 g 脂 質 : 34.6 g 炭水化物 : 201.6 g 塩 分 : 6.6 g	エネルギー :1403 kcal 蛋白質 : 53.8 g 脂 質 : 37.5 g 炭水化物 : 212.4 g 塩 分 : 6.2 g

〇〇 献立表 〇〇 [常 食]

区分	令和 7年 4月28日(月)	令和 7年 4月29日(火)	令和 7年 4月30日(水)	令和 7年 5月 1日(木)	令和 7年 5月 2日(金)	令和 7年 5月 3日(土)	令和 7年 5月 4日(日)
朝食	ふかし芋 味噌汁 カツオ味噌 牛乳	ご飯 味噌汁 しらすの佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 つわの佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフト昆布佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリ白いんげん 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリうぐいす豆 牛乳	ご飯 味噌汁 味の花 牛乳
朝間食	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯
昼食	鮭菜ご飯 魚の照焼き ほうれん草のお浸し 青海苔と豆腐のすまし 汁 ちくわの酢の物 フルーツ（バナナ）	赤飯 煮しめ 吸物 きゅうりとワカメの酢 の物 黄桃缶	鮭菜ご飯 肉じゃが かぼちゃのスープ 豆腐サラダ	ご飯 肉の漬け焼き ほうれん草のお浸し ワカメと豆腐の清汁 酢の物 フルーツ（キウイ）	ご飯 野菜の旨煮 コーンスープ ひじきの酢の物 黒糖ヨーグルト	炊き込みご飯 鶏肉のみそ焼き ボイルキャベツ 味噌汁 春雨サラダ	いもご飯 和風豆腐ハンバーグ 味噌汁 かぼちゃサラダ
昼間食	ラクーナ桃ジュース	ラクーナりんごジュース	バナナプリン	ラクーナ白ぶどうジュース	ラクーナ桃ジュース	お芋プリン	黒糖ミルクゼリー
夕食	ご飯 焼き肉 豆乳 ナスの揚げだし 水羊羹	ご飯 魚のカレー味ムニエル ボイルキャベツ 豆乳 短冊野菜のきらきら和 え 元気プリン	ご飯 魚のごま照り焼き おろし和え 豆乳 ささみときゅうりの酢 の物 フルーツ（パイン缶）	ご飯 魚のから揚げ もみじおろし 豆乳 マカロニサラダ カボチャプリン	ご飯 焼き魚（ぶり） 大根おろし 豆乳 茶わん蒸し ほうれん草のなまり節 和え	ご飯 スコッチエッグ ほうれん草のお浸し 豆乳 りんごなます フルーツ（キウイ）	ご飯 魚のカレー風味煮物 豆乳 ささみときゅうりの酢 の物 フルーツ（リンゴ）
摂取量	1人分 - :1409 kcal 蛋白質 : 64.0 g 脂 質 : 30.6 g 炭水化物 : 219.6 g 塩 分 : 7.9 g	1人分 - :1452 kcal 蛋白質 : 64.4 g 脂 質 : 36.0 g 炭水化物 : 207.8 g 塩 分 : 5.4 g	1人分 - :1409 kcal 蛋白質 : 54.2 g 脂 質 : 41.3 g 炭水化物 : 206.6 g 塩 分 : 6.6 g	1人分 - :1408 kcal 蛋白質 : 58.2 g 脂 質 : 41.8 g 炭水化物 : 196.1 g 塩 分 : 6.6 g	1人分 - :1403 kcal 蛋白質 : 65.1 g 脂 質 : 32.6 g 炭水化物 : 217.4 g 塩 分 : 7.5 g	1人分 - :1442 kcal 蛋白質 : 54.9 g 脂 質 : 40.3 g 炭水化物 : 205.2 g 塩 分 : 7.6 g	1人分 - :1411 kcal 蛋白質 : 56.6 g 脂 質 : 36.6 g 炭水化物 : 202.6 g 塩 分 : 7.5 g