



予定献立表

令和 8年 4月 21日 ~ 令和 8年 4月 30日

日	朝食	昼食	夕食
21(火)	ごはん みそ汁 親子煮 佃煮 牛乳 	ハヤシライス カニサラダ アロエのヨーグルト和え 	ごはん 鯖の梅肉焼き 大根のこってり煮 アスパラの白和え 
22(水)	ごはん みそ汁 アスパラの塩炒め ふりかけ 牛乳 	やきうどん (代替食: 青椒肉絲) 玉子スープ グリーンサラダ デザートムース 	ごはん カレー風味の肉豆腐 里芋の味噌田楽 みぞれ和え 
23(木)	ごはん みそ汁 ひじき煮 ふりかけ 乳酸菌飲料 	ごはん 鯖の味噌煮 野菜椀 白菜の酢の物 フルーツ 	ごはん マーボナス ビーフソテー ユカリ和え 
24(金)	ごはん みそ汁 青菜の炒め物 佃煮 牛乳 	ごはん かきあげ みそ汁 白菜のお浸し フルーツ 	ごはん ポテトオムレツ 糸切昆布煮つけ 白菜の炒め煮 大根サラダ 
25(土)	ごはん みそ汁 がんも煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 肉団子の酢豚風 豆腐湯(トウフウタン) さつまいもサラダ フルーツ 	ごはん カレーのおろし煮 もやしのゴマ油炒め 長芋のあえ物 
26(日)	ごはん みそ汁 野菜のソテー 佃煮 牛乳 	たけのご御飯 ふくさ焼き 沢煮椀 青菜とコーンの和え物 フルーツ 	ごはん 焼き肉 えび餃子 ナムル 
27(月)	ごはん みそ汁 厚あげの煮物 ふりかけ ブルーベリーヨーグルト 	赤飯 鯖の木の芽味噌焼き すまし汁 青菜のポン酢和え フルーツ 	ごはん 豆腐の五目煮 肉団子 ほうれん草サラダ 
28(火)	ごはん みそ汁 キャベツとハムのソテー 佃煮 牛乳 	ごはん 豚の角煮 中華スープ 海草サラダ フルーツ 	ごはん 鮭の塩焼き 芋金平 青菜のごま和え 
29(水)	雑炊 じゃが芋のおかかソテー つけもの 牛乳 	ごはん フライの盛り合わせ 季節のみそ汁 野菜のピクルス フルーツ 	ごはん ジャガイモのそぼろ煮 茶碗蒸し もやしの酢の物 
30(木)	ごはん みそ汁 青菜のオイスターソース炒め ふりかけ アシド・ミルク 	サンドイッチ (代替食: 照り焼きハンバーグ) コーンスープ コールスローサラダ ジョア 	ごはん 鶏肉の柳川風煮 青菜のさっと煮 五色和え 