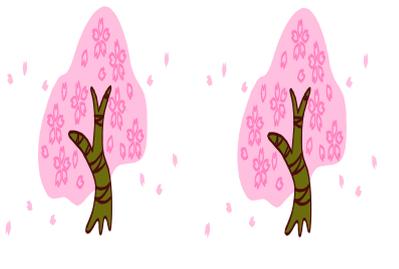


# 令和8年4月 献立表

※ 献立は変更する場合がございます。あらかじめご了承ください

デイサービス

|   |   | 1<br>水                                      | 2<br>木   | 3<br>金   | 4<br>土  |
|---|---|---|--|--|---|
|  |   | ごはん<br>豚肉の生姜焼き<br>豆乳がんもの含め煮<br>お味噌汁<br>ヤクルト | ごはん<br>アジフライ<br>酢味噌和え<br>お吸い物<br>ヤクルト            | ぴーすごはん<br>鶏肉の柚子風味焼き<br>タケノコの煮物<br>かきたま汁<br>ヤクルト  | ごはん<br>鮭のタルタル焼き<br>キャベツのこんそめ煮<br>お味噌汁<br>ヤクルト |
|   |   | エネルギー 623 kcal                              | エネルギー 486 kcal                                   | エネルギー 527 kcal   | エネルギー 522 kcal                                |
|   |   | 食塩相当量 2.7 g                                 | 食塩相当量 2.5 g                                      | 食塩相当量 3.2 g  | 食塩相当量 2.3 g                                   |
| 6<br>月  | 7<br>火                                    | 8<br>水                                      | 9<br>木   | 10<br>金  | 11<br>土                                       |
| ごはん<br>赤魚の煮つけ<br>焼きビーフン<br>お吸い物<br>ヤクルト   | たけのご飯<br>コロッケ<br>菜の花の和え物<br>お味噌汁<br>ヤクルト  | お花見弁当                                       | ごはん<br>鶏肉のカレームニエル<br>春雨サラダ<br>お味噌汁<br>ヤクルト       | 山掛けそば<br>おにぎり<br>卵焼き<br>果物   | ごはん<br>肉じゃが<br>マカロニサラダ<br>お味噌汁<br>ヤクルト        |
| エネルギー 479 kcal  | エネルギー 528 kcal                            | エネルギー 511 kcal                              | エネルギー 556 kcal                                   | エネルギー 472 kcal   | エネルギー 572 kcal                                |
| 食塩相当量 2.9 g   | 食塩相当量 2.6 g                               | 食塩相当量 5.7 g                                 | 食塩相当量 3.2 g                                      | 食塩相当量 4.5 g  | 食塩相当量 3.0 g                                   |
| 13<br>月   | 14<br>火                                   | 15<br>水                                     | 16<br>木  | 17<br>金  | 18<br>土                                       |
| ごはん<br>和風ハンバーグ<br>ジャーマンポテト<br>オニオンスープ<br>ヤクルト                                     | ごはん<br>鯖の西京焼き<br>ごぼうの甘辛炒め<br>お吸い物<br>ヤクルト | 三色丼<br>小松菜のツナ和え<br>お吸い物<br>ヤクルト             | ごはん<br>白身魚の甘酢あんかけ<br>ブロッコリーの山吹和え<br>お味噌汁<br>ヤクルト | ごはん<br>とんかつ<br>卵の花<br>お味噌汁<br>ヤクルト   | チキンカレー<br>ブロッコリーサラダ<br>コンソメスープ<br>ヨーグルト       |
| エネルギー 545 kcal  | エネルギー 530 kcal                            | エネルギー 548 kcal                              | エネルギー 503 kcal                                   | エネルギー 629 kcal   | エネルギー 551 kcal                                |
| 食塩相当量 2.8 g   | 食塩相当量 2.3 g                               | 食塩相当量 3.3 g                                 | 食塩相当量 2.9 g                                      | 食塩相当量 2.9 g  | 食塩相当量 4.3 g                                   |
| 20<br>月   | 21<br>火                                   | 22<br>水                                     | 23<br>木  | 24<br>金  | 25<br>土                                       |
| ごはん<br>白身魚の柳川風煮<br>スパゲティサラダ<br>お味噌汁<br>ヤクルト                                       | ごはん<br>つくねの煮物<br>茄子の田楽<br>お吸い物<br>ヤクルト    | ごはん<br>ぶりの山椒焼き<br>白和え<br>お味噌汁<br>ヤクルト       | 肉うどん<br>おにぎり<br>ポテトサラダ<br>抹茶プリン                  | 新潟料理   | ごはん<br>豚肉のごまだれ焼き<br>南瓜の煮物<br>お味噌汁<br>ヤクルト     |
| エネルギー 540 kcal  | エネルギー 604 kcal                            | エネルギー 541 kcal                              | エネルギー 519 kcal                                   | エネルギー 472 kcal   | エネルギー 585 kcal                                |
| 食塩相当量 3.0 g   | 食塩相当量 3.0 g                               | 食塩相当量 2.8 g                                 | 食塩相当量 4.2 g                                      | 食塩相当量 2.2 g  | 食塩相当量 2.7 g                                   |
| 27<br>月   | 28<br>火                                   | 29<br>水                                     | 30<br>木  | 【4月に美味しい旬の野菜】<br><br>4月に美味しい旬の時期にあたる野菜です。サクラの咲くこの月になると露地物のアスパラガスが出回り始めます。絹さややウスイエンドウなども旬です。春を彩る野菜や山菜が沢山出てきます。 根物では新タマネギや新ジャガイモが収穫され旬を迎えます。一方、旬も各地で採れるようになり、ワラビやゼンマイ、コゴミなども出始めます。 |   |
| ごはん<br>鶏肉の野菜あんかけ<br>えびしゅうまい<br>お味噌汁<br>ヤクルト                                       | ごはん<br>鯖の味噌煮<br>だし巻き卵<br>お吸い物<br>ヤクルト     | ごはん<br>肉野菜炒め<br>かぼちゃサラダ<br>お吸い物<br>ヤクルト     | ごはん<br>エビ団子蒸し<br>金平れんこん<br>お味噌汁<br>ヤクルト          |  |   |
| エネルギー 590 kcal  | エネルギー 586 kcal                            | エネルギー 541 kcal                              | エネルギー 520 kcal                                   |  |   |
| 食塩相当量 3.3 g   | 食塩相当量 2.8 g                               | 食塩相当量 1.7 g                                 | 食塩相当量 4.2 g                                      |  |   |