




	令和07年04月28日(月)	令和07年04月29日(火)	令和07年04月30日(水)	令和07年05月01日(木)	令和07年05月02日(金)	令和07年05月03日(土)	令和07年05月04日(日)
朝	御飯 ふりかけ(たまご) つみれの煮物 チンゲン菜サラダ みそ汁(大根・大根の葉) 牛乳	食パン(6枚×1) ママレードジャム オムレツ 人参サラダ 牛乳	御飯 ふりかけ(かつお) 豆腐のそぼろあん キャベツのなめたけ和え みそ汁(玉ねぎ・人参) 牛乳	レーズンロール ブルーベリージャム ミートボール 白菜のサラダ 牛乳	御飯 のり佃煮 〇納豆 小松菜の和え物 みそ汁(貝割れ・椎茸) 牛乳	食パン(6枚×1) いちごジャム チキン入りふんわり卵 ほうれん草の和え物 牛乳	バターロール ピーナッツ 豆腐野菜ハンバーグ 白菜のマヨネーズ和え 牛乳
10時食	紅茶	コーヒー	ぶどうジュース	紅茶	りんごジュース	コーヒー	ぶどうジュース
昼	御飯 鶏のトマトソース 付)ブロッコリー 野菜ソテー マカロニサラダ ふりかけ(さけ) コンポート(カクテル)	御飯 さばの味噌漬け焼き 付)玉葱・ピーマン 冬瓜のスープ煮 白菜の和え物 ふりかけ(たらこ) フルーチェ	御飯 豚肉のバター醤油炒め さつま芋の煮物 もやしのからし和え うめびしお ゼリー(マスカット)	御飯 肉豆腐 ジャーマンポテト ほうれん草の胡麻和え ふりかけ(しそ) コンポート(マンゴー)	豚肉そば 具) 大根サラダ バナナ	御飯 かつ煮 さつま揚げと大根の煮物 玉葱サラダ ふりかけ(かつお) オレンジ	御飯 チキンソテー (マヨ)付玉葱・ピーマン 大根の煮物 もやしの和え物 ふりかけ(さけ) ヨーグルト和え
15時食	【間食】クリームパン 【間食】緑茶	【間食】スイスロール(モカ) 【間食】紅茶	【間食】トームケーキ(カスタード) 【間食】緑茶	【間食】蒸しパンケーキ(苺) 【間食】緑茶	【間食】ドーナツ 【間食】紅茶	【間食】人形焼き 【間食】紅茶	【間食】和風きなこプリン 【間食】玄米茶
夕	御飯 赤魚の煮付け 付)キャベツ なすとピーマンの炒め物 うぐいす豆 みそ汁(わかめ・豆腐)	御飯 ミートローフ ソース) 付)人参グラッセ もやしと青菜の炒め物 漬物(しその実) みそ汁(ジャガイモ・貝割れ)	御飯 鶏肉の磯辺揚げ (マヨ)付)カリフラワー 切干大根の炒め煮 漬物(胡瓜) 中華スープ(チンゲン菜・ねぎ)	御飯 白身魚のマスタード焼き 付)玉ねぎ・スナップエンドウ れんこんきんぴら 漬物(桜大根) みそ汁(えのき・ねぎ)	御飯 白身魚の揚げ煮 付)キャベツ イカとブロッコリーソテー 昆布豆 漬物(沢庵)	御飯 豚肉ときのこの炒め物 かぼちゃの煮物 かつおおかか みそ汁(キャベツ・大根葉)	御飯 しらすの卵焼き ごぼうの甘辛炒め 白花豆 みそ汁(玉ねぎ・わかめ)
エネルギー	1738 kcal	1697 kcal	1773 kcal	1666 kcal	1719 kcal	1657 kcal	1715 kcal
水分	1134.9 g	1262.3 g	1200.6 g	1084.3 g	1388.5 g	1309.3 g	1175.5 g
蛋白質	62.4 g	65.0 g	64.3 g	60.3 g	65.0 g	64.5 g	64.2 g
脂質	49.0 g	57.6 g	44.1 g	50.7 g	47.3 g	42.3 g	52.7 g
食塩相当	7.2 g	7.5 g	7.0 g	7.4 g	7.1 g	7.0 g	7.1 g





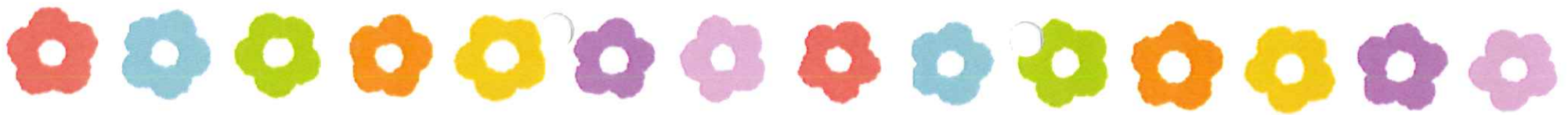
	令和07年05月05日(月)	令和07年05月06日(火)	令和07年05月07日(水)	令和07年05月08日(木)	令和07年05月09日(金)	令和07年05月10日(土)	令和07年05月11日(日)
朝	御飯 ふりかけ(しそ) さつま揚げの炒り煮 キャベツのサラダ みそ汁(玉葱・わかめ) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム 肉団子のトマト煮 ミモザサラダ 牛乳	御飯 ふりかけ(かつお) 高野豆腐の煮物 青菜の胡麻和え みそ汁(椎茸・玉ねぎ) 牛乳	黒糖食パン マーマレードジャム ミートボール(オニオンソース) カリフラワーサラダ 牛乳	御飯 のり佃煮 ○納豆 青菜の和え物 みそ汁(豆腐・貝割れ) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム ハムとカリフラワーのコンソメ煮 南瓜サラダ 牛乳	バターロール ピーナッツ オムレツ 青菜のサラダ 牛乳
10時食	紅茶	コーヒー	コーヒー	紅茶	りんごジュース	コーヒー	ぶどうジュース
昼	三色丼 なすとピーマンの炒め物 きゅうりとイカの酢の物 コンポート(みかん)	御飯 揚げ鶏の香味ソース 香味ソース) 付)もやし かぼちゃの煮物 白菜のわさび和え ふりかけ(さけ) フルーツ(バナナ)	オムライス ホタテフライ キャベツとツナのサラダ フルーチェ	御飯 白身魚のバター醤油焼き 付)グラッセ風人参 白菜の煮浸し もやしの棒々鶏風 もろみみそ コンポート(白桃)	御飯 クリームコロッケとマンチカツ 付)キャベツ 蓮根の甘辛炒め 人参サラダ ふりかけ(たらこ) コンポート(マンゴー)	◇茶そばが定食◇ 茶そば バント食 薬味 桜海老のかき揚げ だし巻き玉子 一口あんみつ 	御飯 麻婆豆腐 肉巻き もやしのナムル ふりかけ(たまご) コンポート(りんご)
15時食	【間食】小豆ムース 【間食】緑茶	【間食】人形焼き 【間食】紅茶	【間食】マドレーヌ 【間食】紅茶	【間食】カステラ 【間食】紅茶	【間食】プリン 【間食】玄米茶	【間食】ドーナツ 【間食】紅茶	【間食】杏仁豆腐 【間食】紅茶
夕	御飯 赤魚の南蛮漬け 青梗菜のバターソテー 昆布豆 みそ汁(豆腐・大根葉)	御飯 鯖の照り焼き 付)インゲン 冬瓜のカニあんかけ 漬物(沢庵) みそ汁(大根・絹さや)	御飯 赤魚の野菜蒸し 付)タルタル添える チンゲン菜と厚揚げの煮浸し かつおおかか 豚汁	御飯 キーマカレー キャベツの中華和え 漬物(福神漬) コンソメスープ(人参・畑菜)	御飯 鶏肉の山椒焼き 付)いんげん ほうれん草のソテー 漬物(しその実) みそ汁(じゃが芋・しめじ)	御飯 鶏肉のチーズ焼き 付)青梗菜 じゃが芋の煮物 もやしのポン酢和え のり佃煮	御飯 白身魚の揚げ煮 付)玉葱・ピーマン 大根の煮物 うぐいす豆 中華スープ(卵・貝割れ)
エネルギー	1675 kcal	1679 kcal	1729 kcal	1715 kcal	1752 kcal	1693 kcal	1685 kcal
水分	1337.1 g	1267.9 g	1249.2 g	1252.7 g	1116.4 g	1403.4 g	1336.0 g
蛋白質	64.9 g	62.6 g	73.8 g	67.5 g	62.2 g	60.2 g	63.3 g
脂質	45.2 g	47.8 g	43.9 g	53.6 g	42.7 g	50.4 g	50.3 g
食塩相当	7.3 g	7.3 g	8.2 g	7.3 g	7.3 g	7.8 g	7.1 g





	令和07年05月12日(月)	令和07年05月13日(火)	令和07年05月14日(水)	令和07年05月15日(木)	令和07年05月16日(金)	令和07年05月17日(土)	令和07年05月18日(日)
朝	御飯 ふりかけ(たまご) つみれの煮物 いんげんのサラダ みそ汁(玉ねぎ・椎茸) 牛乳	食パン(6枚×1) マーマレード ミートボール 玉葱サラダ 牛乳	御飯 ふりかけ(さけ) 厚揚げの煮物 もやしの和え物 みそ汁(若布・ねぎ) 牛乳	コーヒーロール いちごジャム オムレツ 大根のサラダ 牛乳	御飯(のり佃煮) 〇納豆 キャベツのゆかり和え みそ汁(人参・玉ねぎ) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム 豆腐野菜ハンバーグ 人参サラダ 牛乳	バターロール スプレッド(チョコレート) フィッシュソーセージと野菜ソテー ポテトサラダ 牛乳
10時食	紅茶	コーヒー	ぶどうジュース	紅茶	りんごジュース	コーヒー	ぶどうジュース
昼	スパゲッティミートソース ほうれん草サラダ フルーツ(バナナ)	御飯 アジフライと帆立フライ 付)キャベツ 里芋のそぼろあん カリフラワーサラダ たいみそ フルーツ(オレンジ)	御飯 豚肉ときのこの炒め物 切干大根の炒め煮 うまい菜のごま和え ふりかけ(たらこ) コンポート(マンゴー)	御飯(さばの味噌煮 付)人参 いかリングフライ 青菜のサラダ ふりかけ(かつお) ブルーチェ	御飯 肉野菜のポン酢蒸し さつまいもの煮物 ほうれん草のおかか和え もろみみそ コンポート(白桃)	御飯 鶏肉のチーズ焼き 付)玉ねぎ・ピーマン 大根の煮物 インゲンのサラダ ふりかけ(さけ) コンポート(みかん)	ポークハヤシライス もやしと畑菜のサラダ コンポート(カクテル)
15時食	【間食】吹雪饅頭 【間食】玄米茶	【間食】ピザまん 【間食】緑茶	【間食】クリームパン 【間食】紅茶	【間食】おはぎ(こしあん) 【間食】緑茶	【間食】人形焼き 【間食】玄米茶	【間食】スイスロール(モカ) 【間食】紅茶	【間食】ババロア(いちご) 【間食】玄米茶
夕	御飯 豚肉のバター醤油炒め マカロニサラダ 漬物(しその実) みそ汁(大根・大根の葉)	御飯 鶏肉のオニオンソース オニオンソース) 付)人参 白菜のサラダ こんぶ豆 みそ汁(豆腐・若布)	御飯 赤魚の菜種焼き 付)玉ねぎ・しめじ かぶの煮物 かつおおかか お吸物(はんぺん・葱)	御飯(和風ハンバーグ おろしソース) 付)じゃが芋 もやしの中華炒め 金時豆 みそ汁(豆腐・貝割れ)	御飯 白身魚のマスタード焼き 付)インゲン 白菜のドレッシング和え 漬物(桜大根) かきたま汁(卵・ねぎ)	御飯 白身魚のおろしあんかけ おろしあん) 厚揚げの炒め煮 うぐいす豆 みそ汁(玉ねぎ・大根の葉)	かに玉風たまご丼 小松菜の煮浸し 豆サラダ
エネルギー	1657 kcal	エネルギー 1755 kcal	エネルギー 1713 kcal	エネルギー 1766 kcal	エネルギー 1686 kcal	エネルギー 1701 kcal	エネルギー 1636 kcal
水分	1229.6 g	水分 1084.9 g	水分 1178.5 g	水分 1084.3 g	水分 1094.3 g	水分 1074.6 g	水分 1095.4 g
蛋白質	61.8 g	蛋白質 67.2 g	蛋白質 67.8 g	蛋白質 67.2 g	蛋白質 61.1 g	蛋白質 65.4 g	蛋白質 60.6 g
脂質	37.9 g	脂質 52.2 g	脂質 43.9 g	脂質 55.5 g	脂質 35.9 g	脂質 52.3 g	脂質 43.6 g
食塩相当	6.9 g	食塩相当 7.0 g	食塩相当 7.5 g	食塩相当 7.2 g	食塩相当 7.3 g	食塩相当 7.0 g	食塩相当 5.9 g



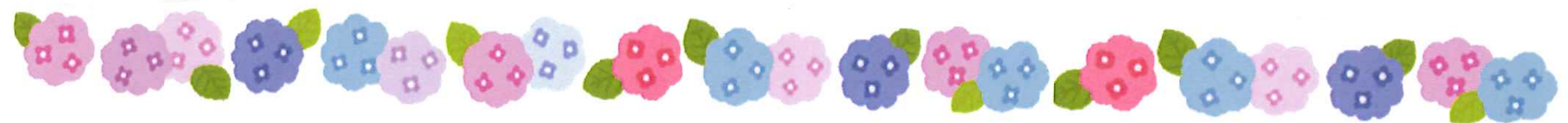


	令和07年05月19日(月)	令和07年05月20日(火)	令和07年05月21日(水)	令和07年05月22日(木)	令和07年05月23日(金)	令和07年05月24日(土)	令和07年05月25日(日)
朝	御飯 ふりかけ(さけ) ハムと野菜ソテー マカロニサラダ みそ汁(大根・大根葉) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム ホット カリフラワーのサラダ 牛乳	御飯 ふりかけ(たらこ) 和風スクランブルエッグ 青菜の和え物 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) 牛乳	マーブル食パン スプレッド(ママレード) ミートボール 白菜のサラダ 牛乳	御飯 のり佃煮 〇納豆 いんげんのごまよごし みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳	食パン(6枚×1) いちごジャム オムレツ 豆サラダ 牛乳	バターロール スプレッド(ピーナッツ) ウィンナーと野菜ソテー ミモザサラダ 牛乳
10時食	紅茶	コーヒー	ぶどうジュース	紅茶 	りんごジュース	コーヒー	ぶどうジュース
昼	御飯 スパニッシュオムレツ 付)ソース かぶのコンソメ煮 玉ねぎのサラダ ふりかけ(かつお) コンポート(みかん)	御飯 白身魚のオニオンソース オニオンソース) 付)キャベツ・スナップエンドウ しろなの炒め物 大根サラダ ふりかけ(たまご) ゼリー(青りんご)	御飯 鶏肉のホワイトソース 牛蒡の炒め煮 きゅうりの酢の物 ふりかけ(さけ) フルーツ(バナナ)	エビフライ御膳 ゆかりご飯 バ汁食 エビフライ 付)キャベツ ほうれん草とベーコンのソテー かぼちゃサラダ みそ汁(あさり・ねぎ) フルーツ(キウイとパイ)	ポークカレー うまい菜のサラダ コンポート(カクテル)	御飯 八宝菜 春巻き カリフラワーのサラダ ふりかけ(たらこ) フルーチェ	御飯 鶏肉の甘酢あんかけ あん) 付)玉ねぎとしめじ 竹輪の煮物 ほうれん草の和え物 コンポート(みかん) たいみそ
15時食	【間食】あんぱん 【間食】玄米茶	【間食】ドームケーキ(カスタード) 【間食】緑茶	【間食】黒糖ムース 【間食】紅茶	【間食】和風きなこプリン 【間食】玄米茶	【間食】どらやき(ずんだ) 【間食】緑茶	【間食】カステラ 【間食】紅茶	【間食】抹茶パバロア 【間食】玄米茶
夕	御飯 鶏の香味焼き 付)青梗菜 春雨の炒め物 あみえび みそ汁(小松菜・豆腐)	御飯 鶏肉の竜田揚げ 付)もやし(マヨ) 五目煮豆 漬物(しその実) 中華スープ(豆腐・わかめ)	御飯 鯖の照り焼き 付)玉ねぎ・人参 がんと畑菜の煮物 白花豆 お吸い物(卵・ねぎ)	御飯 擬製豆腐 もやしのソテー ブロッコリーのマヨネーズ かつおおかか	御飯 たらの揚げ煮 付)ピーマン 大根の柚子和え 昆布豆 みそ汁(わかめ・豆腐)	御飯 鶏肉の味噌焼き 付)小松菜 じゃがいもの洋風煮 うぐいす豆 コンソメスープ(えのき・大根)	御飯 白身魚のバター醤油焼き (マヨ7g)付)インゲン 豚バラと里芋の煮物 漬物(胡瓜漬け) コンソメスープ(卵・豆苗)
	エネルギー 1749 kcal 水分 1160.9 g 蛋白質 66.6 g 脂質 44.9 g 食塩相当 7.8 g	エネルギー 1665 kcal 水分 1155.5 g 蛋白質 64.9 g 脂質 48.7 g 食塩相当 7.2 g	エネルギー 1647 kcal 水分 1065.5 g 蛋白質 67.8 g 脂質 41.1 g 食塩相当 7.3 g	エネルギー 1878 kcal 水分 1132.6 g 蛋白質 68.2 g 脂質 69.8 g 食塩相当 7.4 g	エネルギー 1743 kcal 水分 1200.3 g 蛋白質 62.5 g 脂質 41.1 g 食塩相当 7.4 g	エネルギー 1749 kcal 水分 1059.3 g 蛋白質 68.7 g 脂質 51.8 g 食塩相当 7.1 g	エネルギー 1684 kcal 水分 1161.3 g 蛋白質 62.7 g 脂質 50.5 g 食塩相当 7.6 g





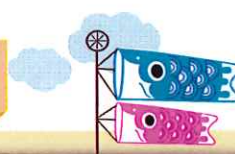
	令和07年05月26日(月)	令和07年05月27日(火)	令和07年05月28日(水)	令和07年05月29日(木)	令和07年05月30日(金)	令和07年05月31日(土)	令和07年06月01日(日)
朝	御飯 ふりかけ(さけ) 高野豆腐の煮物 白菜の和え物 みそ汁(じゃがいも・葱) 牛乳	食パン(6枚×1) いちごジャム ミートボール カリフラワーのサラダ 牛乳	御飯 ふりかけ(たまご) 竹輪の炒り煮 キャベツの和え物 みそ汁(たまねぎ・わかめ) 牛乳	レーズンロール ママレード 洋風卵炒め 大根サラダ 牛乳	御飯 のり佃煮 ○納豆 白菜のお浸し みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム ツナソテー いんげんのサラダ 牛乳	バターロール スプレッド(ピーナッツ) かにかま入りふんわり卵 白菜のサラダ 牛乳
10時食	紅茶	コーヒー	ぶどうジュース	紅茶	りんごジュース	コーヒー	ぶどうジュース
昼	御飯 豚肉と卵の炒め物 さつまいもの煮物 もやしのポン酢和え のり佃煮 コンポート(白桃)	焼きそば 大根と胡瓜の和え物 フルーチェ(ピーチ)	御飯 白身魚の南蛮漬け もやしのソテー ほうれん草のピーナツ和え ふりかけ(たらこ) コンポート(りんご)	御飯 さばの味噌漬け焼き 付)畑菜 焼ビーフン カリフラワーの和え物 ふりかけ(しそ) フルーツ(バナナ)	御飯 豚肉のしぐれ煮 ブロッコリー炒め物 キャベツの辛子マヨ和え ふりかけ(かつお) コンポート(マンゴー)	御飯 かつとじ 大根のそぼろ炒め もやしのナムル うめびしお コンポート(黄桃)	御飯 回鍋肉 春巻き マカロニサラダ ふりかけ(さけ) オレンジ
15時食	【間食】人形焼き 【間食】緑茶	【間食】ドーナツ 【間食】紅茶	【間食】マドレーヌ 【間食】玄米茶	【間食】今川焼(こしあん) 【間食】玄米茶	【間食】おやつレク 【間食】紅茶	【間食】ドームケーキ 【間食】緑茶	【間食】チョコババロア 【間食】玄米茶
夕	御飯 白身魚のマヨネーズ焼き 付)玉ねぎ・絹さや 冬瓜のカニあんかけ 漬物(千切沢庵) コンソメスープ(わかめ・白ネ)	御飯 しらすの卵焼き ごぼうの炒り煮 漬物(胡瓜) コンポート(みかん)	御飯 鶏肉の山椒焼き 付)ピーマン 人参サラダ かつおおおかか 中華スープ(キャベツ・ねぎ)	御飯 鶏肉の磯辺揚げ 付)玉ねぎと人参 かぼちゃの煮物 浅漬け(白菜) みそ汁(豆腐・わかめ)	御飯 白身魚のピザ風焼き 付)じゃがいも もやしのポン酢和え あみえび みそ汁(大根・ねぎ)	御飯 赤魚の煮付け 付)キャベツ なすとピーマンの炒め物 昆布豆 みそ汁(豆苗・しめじ)	御飯 鶏の野菜蒸し 付)タルタル添える ほうれん草のバターソテー 漬物(桜大根) みそ汁(ねぎ・さつまいも)
エネルギー	1698 kcal	1749 kcal	1668 kcal	1661 kcal	1759 kcal	1638 kcal	1774 kcal
水分	1241.1 g	1063.9 g	1120.4 g	1058.7 g	1182.2 g	1169.1 g	1091.0 g
蛋白質	66.0 g	63.2 g	63.4 g	64.1 g	65.7 g	64.7 g	66.0 g
脂質	37.4 g	64.8 g	41.0 g	46.8 g	46.0 g	46.1 g	60.9 g
食塩相当	7.8 g	7.7 g	7.7 g	7.1 g	7.1 g	6.5 g	6.4 g





5月

入所のお食事のご紹介



【茶そば定食】

- 茶そば
- 桜海老のかき揚げ
- だし巻き卵

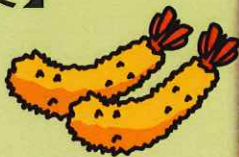
～しらすと梅おろしのせ～

- 一口あんみつ



【エビフライ定食】

- ゆかりご飯
- エビフライ
- ほうれん草のソテー
- かぼちゃサラダ
- あさりの味噌汁
- フルーツ(キウイ・パイ)



◆おやつレク◆

- 紅芋モンブラン & 淹れたて珈琲

