

献立一覧表

2025年4月 [常食]

	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
朝食			ご飯 みそ汁 ツナと大根の炒り煮 小松菜の和え物 ジョア	ご飯 みそ汁 鶏と野菜の炒め物 キャベツのしらす和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 ほうれん草とウインナーの炒め物 かぶのサラダ ヤクルト	ご飯 みそ汁 がんと野菜の煮物 白菜のゆず香和え ジョア	ご飯 みそ汁 小松菜の卵炒め かぶのゆかり和え ヨーグルト
昼食			空豆としらすの炊き込みご飯 みそ汁 豚肉のくわ焼き 揚げなすの煮物 フルーツカクテル缶	ご飯 トマトスープ 白身魚の明太子マヨ焼き チンゲン菜の卵炒め パン缶	ご飯 みそ汁 蒸し鶏のごまだれかけ ひじきとさつま揚げの煮物 マンゴー缶	ご飯 すまし汁 揚げ魚のおろしソース いんげんとベーコンのソテー 黄桃缶	ご飯 豆乳スープ ハンバーグデミグラスソース ほうれん草のサラダ みかん缶
おやつ			あんパン	バナナババロア	抹茶パンケーキ	練り切り	チョコパン
夕食			ご飯 みそ汁 めばるの山椒煮 ほうれん草とあさりの煮浸し もやしのごまドレ和え	ご飯 みそ汁 肉団子の野菜あんかけ 切干大根の煮物 かぼちゃのサラダ	ご飯 コンソメスープ ポテトとチーズのオムレツ なすとエリンギの炒め物 小松菜のサラダ	ご飯 中華スープ 豚肉と野菜の中華炒め チンゲン菜とザーサイの中華和え キャベツのサラダ	ご飯 すまし汁 たらの治部煮 じゃが芋の炒め物 菜の花の酢みそ和え
	6	7	8	9	10	11	12
朝食	ご飯 みそ汁 カリフラワーとウインナーのソテー もやしのポン酢風味和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 厚焼き玉子 小松菜とハムのサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 肉じゃが 青菜のドレッシング和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 ブロッコリーとベーコンの炒め物 マカロニサラダ ヤクルト	ご飯 みそ汁 プレーンオムレツ ほうれん草のピーナッツ和え ジョア	ご飯 みそ汁 じゃが芋のそぼろ煮 納豆 ヨーグルト	ご飯 みそ汁 スクランブルエッグ いんげんとハムのサラダ ヤクルト
昼食	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 春雨サラダ キウイ	ご飯 すまし汁 ますの塩麹焼き ブロッコリーの和風和え ヨーグルトフルーツソース	ちらし寿司 すまし汁 筍の生姜あんかけ 抹茶プリン	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のハニーマスタード 菜の花のサラダ フルーツカクテル缶	ご飯 みそ汁 めばるの竜田揚げ ひじき和風サラダ りんご缶	ご飯 すまし汁 豚肉のみそ漬焼き 小松菜の煮浸し パン缶	ご飯 みそ汁 豆腐つくね照り焼き ほうれん草の和え物 みかん缶
おやつ	ぶどうゼリー	たい焼き	せんべい	パンケーキ	青りんごゼリー	ワッフル	芋ようかん
夕食	ご飯 みそ汁 豚肉と玉ねぎの炒め物 里芋のソテー 白菜のサラダ	ご飯 みそ汁 えび団子と野菜の炒め煮 なすの煮物 さつま芋のごまサラダ	ご飯 すまし汁 豚肉と厚揚げの炒め物 かぶのあんかけ 切干大根のナムル	ご飯 みそ汁 白身魚の甘酢あんかけ 大根と人参の煮付け 春雨の酢の物	ご飯 コンソメスープ チキンと野菜のトマト煮 チンゲン菜の炒め物 かぶとわかめのサラダ	ご飯 みそ汁 さばのみりん焼き れんごんの金平 もやしとかまぼこのわさび和え	ご飯 みそ汁 鶏肉の和風オニオンソース キャベツとしらすの炒め煮 かぶのマリネ
	13	14	15	16	17	18	19
朝食	ご飯 みそ汁 ウインナーのコンソメ煮 さつま芋のサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 豆とひき肉のトマト炒め スパゲティ-サラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 がんと野菜の煮物 春菊の青じそ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 じゃが芋とツナのコンソメソテー ブロッコリーの和え物 ジョア	ご飯 みそ汁 かぶの洋風煮 いんげんのサラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 和風スクランブル きゅうりと大根の和え物 ヤクルト	ご飯 みそ汁 生揚げと野菜の煮物 オクラのお浸し ジョア
昼食	ジャージャー麺 中華スープ チンゲン菜の中華和え 黄桃缶	ご飯 みそ汁 豚肉のねぎ塩焼き 小松菜のくるみ和え フルーツカクテル缶	ご飯 コンソメスープ あじのチーズパン粉焼き 大根とハムのマリネサラダ 白桃缶	ご飯 すまし汁 豚肉のごまみそ煮 マカロニサラダ りんご缶	ご飯 中華スープ えびと野菜の卵炒め シュウマイ バナナ	ご飯 みそ汁 めばるの煮付け チンゲン菜のおかか和え 黄桃缶	ご飯 コンソメスープ ハヤシライス キャベツのゆかり和え フルーツカクテル缶
おやつ	プチシュー	バナナ蒸しパン	プリン	コーヒーロール	ストロベリーゼリー	ショコラブチケーキ	まんじゅう
夕食	ご飯 みそ汁 たらの梅マヨ焼き なすの田舎煮 ブロッコリーのチーズサラダ	ご飯 すまし汁 高野豆腐の卵とじ じゃが芋の煮物 オクラとコーンのサラダ	ご飯 みそ汁 鶏肉の生姜焼き 冬瓜の煮物 ほうれん草のなめ茸和え	ご飯 みそ汁 銀ヒラスの七味焼き 切昆布の炒り煮 キャベツの和え物	ご飯 みそ汁 チキンソテーおろしソース 白菜と油揚げの煮物 パンキンサラダ	ご飯 すまし汁 筑前煮 なすの生姜炒め 人参とツナのサラダ	ご飯 みそ汁 たらのクリームソース じゃが芋のガーリックソテー ほうれん草のかにかまサラダ
	20	21	22	23	24	25	26
朝食	ご飯 みそ汁 目玉焼き カリフラワーのピーナッツ和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 かぼちゃのそぼろあんかけ かぶの和風和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 ウインナーの野菜炒め もやしのおかか和え ジョア	ご飯 みそ汁 ふきとはんべんの煮物 納豆 ヨーグルト	ご飯 みそ汁 厚焼き玉子 小松菜のお浸し ヤクルト	ご飯 みそ汁 肉詰めいなりの煮物 春菊の青じそ和え ジョア	ご飯 みそ汁 プレーンオムレツ ブロッコリーのサラダ ヨーグルト
昼食	ご飯 みそ汁 豆腐ステーキきのこソース さつま芋のサラダ ヨーグルトフルーツソース	ご飯 コンポタージュ イタリアンハンバーグ ブロッコリーのサラダ みかん缶	ご飯 みそ汁 豚肉の梅しそ焼き 車麩と野菜の煮物 りんご缶	菜の花そば かぶと人参の煮物 マンゴー缶	パン ポタージュ 豚肉と野菜のトマト煮 ブロッコリーのサラダ 黄桃缶	ご飯 みそ汁 さばのみそ煮 里芋の煮ころがし フルーツヨーグルト	ご飯 すまし汁 揚げ出し豆腐あんかけ 肉団子の甘辛煮 パン缶
おやつ	コーヒーゼリー	バームクーヘン	紅茶ケーキ	きなこパンケーキ	りんごムース	まんじゅう	マンゴープリン
夕食	ご飯 中華スープ 酢鶏 もやしの三色炒め 枝豆とわかめの和え物	ご飯 みそ汁 あさりの卵とじ れんごんのピリ辛炒め ほうれん草の和え物	ご飯 すまし汁 たらのねぎみそ焼き 菜の花の煮浸し 春雨サラダ	ご飯 わかめスープ 鶏の南蛮漬け風 さつま芋のレーズン煮 オクラのなめ茸和え	ご飯 コンソメスープ 白身魚のタルタルソース焼き いんげんとツナの炒め物 白菜の和風サラダ	ご飯 中華スープ 蒸し餃子の中華だれ チンゲン菜の豆乳煮 ごぼうサラダ	ご飯 みそ汁 めばるの旨煮 キャベツの三色炒め ひじきサラダ
	27	28	29	30			
朝食	ご飯 みそ汁 竹輪の野菜炒め いんげんと人参のごま和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 カリフラワーとハムのクリーム煮 さつま芋のサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 魚肉ソーセージの野菜炒め なすのドレッシングかけ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 スクランブルエッグ ほうれん草とかにかまのサラダ ヤクルト			
昼食	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のバジルソース スパゲティ-サラダ 白桃缶	ご飯 みそ汁 千草卵焼き ブロッコリーのポン酢和え みかん缶	中華スープ 中華丼 春雨サラダ マンゴー缶	すまし汁 あじの磯辺焼き 切干大根のサラダ 白桃缶			
おやつ	プチシュー	せんべい	ヨーグルトババロア	水ようかん			
夕食	ご飯 みそ汁 つみれとれんごんの煮物 もやしとひき肉の炒め物 ほうれん草のおかか和え	ご飯 すまし汁 銀ヒラスの梅照り焼き かぼちゃの甘煮 三色ナムル	ご飯 みそ汁 豆腐ステーキ明太ソース ひじきの煮物 いんげんのごまドレ和え	ご飯 みそ汁 ねぎ塩チキン ふきとはんべんの煮物 キャベツのゆかり和え			

【特別養護老人ホームカメリア・ショートステイカメリア】

*都合により献立を変更することがあります。