

献立予定(実施)表

現場：パンデ(絆)
 献立種類：常食(個別献立)
 期間：2025/4/1~2025/4/30

	日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
朝食			ご飯150g 切り干し大根の煮付け 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン(マカロン) マカロニサラダ フルーツ缶(黄桃) 牛乳	ご飯150g ちくわ煮 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン(イチゴジャム) ヘルシーサラダ フルーツ缶(みかん) 低脂肪牛乳	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食			赤飯 鶏の天ぷら 天つゆ 信田巻き ほうれん草の白和え 味噌汁(さつま芋)	ちらし寿司 筍のおかか煮 蒸しなす 赤だし	ご飯150g アジの照り焼き 付) 玉子焼き・キヌサヤ 里芋鶏そぼろ煮 胡瓜とかかおの酢の物 味噌汁(揚げ)	ご飯150g 鶏肉のハニーマスタード焼き 付) ちくわ・ブロッコリー れんこんの煮物 インゲンの海苔わさび和え すまし汁(青梗菜)	菜飯(半量) 焼きうどん 大学芋 卵スープ 果物(オレンジ)
夕食			ご飯150g 煮込みハンバーグ 付) グラッセ・インゲンソー ジャーマンポテト キャベツのドレッシング和え コンソメスープ	ご飯150g 豆腐の野菜あんかけ 筑前煮 ブロッコリーのごま和え 味噌汁(とろろ昆布)	ご飯150g 豚肉と大豆のトマト煮 ほうれん草ハムソー 春雨のトマト和え コンソメスープ	ご飯150g サバのみぞれ煮 付) 人参・キヌサヤ 炒り豆腐 菜の花のゆかり和え 味噌汁(花鮓)	麦ご飯 松風焼き 付) 甘酢生姜 人参きんぴら ほうれん草のピーナツ和え 味噌汁(大根)
3時			たい焼き(小豆)	はちみつケーキ 紅茶	もみじまんじゅう	一口カステラ 紅茶	いちごシュクレ コーヒー
	6	7	8	9	10	11	12
朝食	ご飯150g 卵の花煮 味噌汁 のり佃(ﾊﾞｯｸ) 牛乳	ご飯150g スクランブルエッグ 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 豚肉とごぼうのうま煮 味噌汁 のり佃(ﾊﾞｯｸ) 低脂肪牛乳	パン(りんごジャム) ポテトサラダ フルーツ缶(カクテル) 牛乳	ご飯150g きんぴらごぼう 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン(ピーナツ) 10種のサラダ フルーツ缶(白桃) 低脂肪牛乳	ご飯150g 切り干し大根の煮付け 味噌汁 梅びしお ヨーグルト
昼食	ご飯150g 豚肉の生姜焼き 付) ブロッコリー 茄子と揚げの煮物 里芋の明太マヨ和え 味噌汁(豆腐)	ビーフカレー 野菜サラダ 漬物(福神漬) 果物(バナナ)	ご飯150g 白身魚フライ&照りフライ 付) スナップエンドウ じゃが芋のコンソメ煮 さっぱりなます 味噌汁(青梗菜)	ご飯150g ピーマンの肉詰め 付) パスタ 竹輪と大根の煮物 冷奴 味噌汁(さつま芋)	ご飯150g 鶏肉のネギ塩焼き 付) インゲン ロール玉子焼き 菜の花のわさび和え 味噌汁(揚げ)	ご飯150g 親子煮 絹寄せホタテしんじょう ロール玉子焼き 味噌汁(南瓜)	ふりかけご飯(半量) 醤油ラーメン タレ付き肉団子 果物(オレンジ)
夕食	ご飯150g カレイの佃煮焼き 付) さつま芋甘煮 野菜大豆煮 味噌汁(オクラ) 漬物	ご飯150g サワラの生姜煮 付) 菜の花 春雨の鶏そぼろ炒め インゲンの胡麻和え すまし汁(はんぺん)	ご飯150g 焼き鳥 付) かつお 刻み昆布と油揚げの煮物 カリフラワーの梅和え 味噌汁(白菜)	ご飯150g ブリの甘酢あん 付) ほうれん草 がんもの煮付 味噌汁(茄子) 漬物	ご飯150g 焼き餃子とシュウマイ チンゲン菜のナムル 中華スープ 杏仁豆腐〜フルーツ〜	ご飯150g さばの味噌煮 付) 人参・オクラ レンコンの土佐煮 白菜の塩昆布和え すまし汁(かぶ)	麦ご飯 牛すき煮 玉子と小松菜の炒め物 味噌汁(とろろ昆布) 漬物
3時	ベルギーワッフル りんごジュース	薫るカフェゼリー	牛乳ケーキ	ムンディカレットケーキ 紅茶	カトルーネ(ｽﾌﾞﾚｰ)	黒糖ケーキ 紅茶	ガレットパウム コーヒー
	13	14	15	16	17	18	19
朝食	ご飯150g さつま揚げの煮物 味噌汁 のり佃(ﾊﾞｯｸ) 牛乳	ご飯150g 湯葉の野菜あんかけ 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン(りんごジャム) ポテトサラダ フルーツ缶(みかん) 牛乳	ご飯150g 豆腐の中華煮 味噌汁 梅びしお コーヒー牛乳	パン(マカロン) スパゲッティサラダ フルーツ缶(パイナップル) 低脂肪牛乳	ご飯150g じゃが芋のきんぴら 味噌汁 のり佃(ﾊﾞｯｸ) ヨーグルト
昼食	ご飯150g 豆腐ﾊﾞﾝﾊﾞｰ~和風あんかけ~ 付) スナップエンドウ・南瓜 鶏レバーの甘辛煮 人参サラダ 味噌汁(里芋)	ご飯150g 鶏肉の磯辺焼き 付) さつま芋甘煮 筍と菜の花のしんじょう ほうれん草の卵の花和え 味噌汁(そうめん)	高菜ピラフ カレーコロッケ 付) キャベツ コンソメスープ ヨーグルト	たけのこご飯 アジの南蛮漬け 筑前煮 ほうれん草の白和え 味噌汁(花鮓)	ご飯150g 天ぷら盛り合わせ(抹茶塩) 鶏ごぼう 菜の花の胡麻和え すまし汁(卵)	ちらし寿司 花形豆腐ﾊﾞﾝﾊﾞｰ(照り焼き) 付) ブロッコリー 筍のおかか煮 赤だし(うずまき鮓)	ゆかりご飯(半量) きつねうどん 卵の花煮 果物(バナナ)
夕食	ご飯150g 豚肉の甘辛煮 ひじき煮 カリフラワーサラダ 味噌汁(花鮓)	ご飯150g ポトフ風 ささみとブロッコリーの炒め物 たまごサラダ 漬物	ご飯150g ミートローフ~ｸﾞﾙｰﾌﾞｸﾞﾙｰｽ~ 付) グリル南瓜 大根の洋風煮 インゲンの海苔和え 味噌汁(揚げ)	ご飯150g 豚肉と野菜の青椒肉炒め 茄子の含め煮 春菊のお浸し 味噌汁(えのき)	麦ご飯 サバの生姜煮 付) 人参・オクラ 長芋と豚肉のオイスター炒め 大根の和え物 味噌汁(とろろ昆布)	ご飯150g 厚揚げの肉味噌炒め 大学芋 やみつき胡瓜 中華スープ	ご飯150g チキン南蛮 付) キャベツ がんもの煮付 わかしのなめ苺わさび和え 味噌汁(白菜)
3時	ようかん	田舎まんじゅう	バナナケーキ コーヒー	今川焼き	あんどうナッツ りんごジュース	抹茶まんじゅう 紅茶	りんごゼリー
	20	21	22	23	24	25	26
朝食	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g ちくわ煮 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 豆腐の中華煮 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン(イチゴジャム) スパゲッティサラダ フルーツ缶(黄桃) 牛乳	ご飯150g さつま揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン(チョコ) さつまいもサラダ フルーツ缶(カクテル) 低脂肪牛乳	ご飯150g 湯葉の野菜あんかけ 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食	ご飯150g お好み焼き 柚子なます 味噌汁(竹輪) 果物(オレンジ)	ご飯150g サワラの照り焼き 付) 玉子焼き ひじき煮 菜の花のナムル 豚汁	☆郷土料理~大分県~ りゅうきゅう丼 こねり(味噌炒め) けんちん汁 漬物	ご飯150g 魚の唐揚げチリソース 付) ブロッコリー 里芋煮 胡瓜の酢の物 味噌汁(しめじ)	ミンチカレー ツナサラダ 漬物(福神漬) ピーチゼリー	わかめご飯(半量) かき揚げそば 信田巻き 果物(バナナ)	ご飯150g 白身魚のﾊﾞﾝﾊﾞｰ焼 付) 玉子焼き 大根の洋風煮 白菜の梅和え 味噌汁(揚げ)
夕食	ご飯150g 白身魚の甘酢あんかけ 付) スナップエンドウ 里芋の鶏そぼろ煮 蒸しなす 味噌汁(しめじ)	ご飯150g 鶏肉の塩だれ炒め カニしゅうまい ほうれん草のお浸し わかめスープ	ご飯150g 鮭のｸﾞﾙｰﾌﾞｸﾞﾙｰｽ~ ミニハンバーグ 付) キャベツ パンパキンサラダ	ご飯150g 牛肉と厚揚げの焼肉炒め 焼き餃子 春雨の中華和え 味噌汁(南瓜)	ご飯150g さばの南蛮漬け(カレー風味) 付) スナップエンドウ レンコンそぼろ煮 オクラの明太和え 味噌汁(とろろ昆布)	麦ご飯 照り焼きチキン 付) ピーマン・しめじ きんぴらごぼう 冷奴 味噌汁(花鮓)	ご飯150g 肉じゃが 里芋餛飩 ブロッコリーサラダ すまし汁(はんぺん)
3時	はちみつケーキ	たい焼き(カスタード) 紅茶	人形焼き	カステラドーナツ 紅茶	メープルパンケーキ 紅茶	カステラ	黒糖まんじゅう
	27	28	29	30			
朝食	ご飯150g 切り干し大根の煮付け 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 梅びしお 牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 のり佃(ﾊﾞｯｸ) 低脂肪牛乳	パン(マカロン) 卵サラダ フルーツ缶(パイナップル) 牛乳			
昼食	ご飯150g 豚肉と野菜の旨塩炒め えびしゅうまい 菜の花のｺﾞﾏﾄﾞﾚ和え 味噌汁(南瓜)	ご飯150g ｲﾝｸﾞﾝ~おろしポン酢がけ 付) ブロッコリー キャベツとハムのﾄﾏﾄ煮 ツナマヨ和え すまし汁(そうめん)	☆ナポリタン記念日 ご飯(半量) ｲﾝｸﾞﾝﾊﾞﾝﾊﾞｰ 花野菜サラダ コンソメスープ フルーツヨーグルト	三色丼 茄子の含め煮 赤だし(うずまき鮓) 果物(オレンジ)			
夕食	ご飯150g ミートオムレツ 付) イゲン ほうれん草ｺｰﾝﾊﾞﾀｰ マカロニサラダ コンソメスープ	ご飯150g アジの山椒焼き 付) さつま芋甘煮 卵の花煮 茄子の辛子和え 味噌汁(わかめ)	ご飯150g ぶり大根 付) オクラ・人参 南瓜のいとこ煮 菜の花の柚子味噌和え すまし汁(とろろ昆布)	麦ご飯 牛肉のチャプチェ風 大学芋 もやしのナムル 中華スープ			
3時	ミルクロール コーヒー	パウンドケーキ 紅茶	バナナカステラ	パウムクーヘン 紅茶			