

2025

4月の献立

松葉園デイサービス

日付	曜日	昼食	熱量kcal	3時おやつ	熱量kcal
1日	火	御飯・鶏肉のマリネソース焼き・一口がんもの煮物・キャベツのアイランドサラダ・味噌汁・漬物	502	紅茶パウンドケーキ 紅茶	161
2日	水	御飯・さわらの梅味噌ダレがけ・大豆小エビの煮物・菜の花の和え物・すまし汁・漬物	454	はちみつレモンゼリー	42
3日	木	御飯・鶏肉のやわらか煮・大根と豚肉の金平・味噌汁・フルーツ・漬物	577	酒まんじゅう 緑茶	122
4日	金	御飯・白身魚の煮つけ・しろなと鶏肉の炒め物・南瓜のサラダ・味噌汁・漬物	477	いちごミルクプリン	84
5日	土	御飯・白身魚の竜田揚げ・白菜と鶏肉の煮物・カリフラワーとアスパラのサラダ・味噌汁・漬物	527	ミルクまんじゅう ほうじ茶	134
7日	月	桜の散らし寿司・絹揚げと昆布の煮物・いんげんとパプリカのサラダ・味噌汁	528	せんべい・緑茶	51
8日	火	御飯・豚肉のごま醤油炒め・いわしつみれの煮物・とろろの梅かつお和え・味噌汁・漬物	543	ふんわりロールケーキ 紅茶	55
9日	水	御飯・さばの塩焼き・ひきいなり(福島県郷土料理)・味噌汁・フルーツ・漬物	558	あんシュー ほうじ茶	99
10日	木	あさりの卵とじ丼・大豆とこんにゃくの煮物・キャベツと竹輪の麴ナムル和え・豚汁・漬物	538	きなこシフォンカップケーキ 紅茶	74
11日	金	鶏南蛮そば・ごぼうと豚肉の炒り煮・さつま芋とオレンジのサラダ	563	もちりたい焼きあん 緑茶	129
12日	土	御飯・さわらの照り焼き・じゃが芋のそぼろ煮・ブロッコリーと油あげのゴマ和え・味噌汁・漬物	505	バウムクーヘン 紅茶	87
14日	月	御飯・豚肉のバター醤油炒め・鶏つみれの煮物・ほうれん草と竹輪のわさび和え・味噌汁・漬物	578	マドレーヌ・紅茶	145
15日	火	たけのご御飯・赤魚の山椒焼き・春キャベツとあさりのソテー・ごま豆腐・味噌汁・漬物	476	焼き芋まんじゅう 桃山・緑茶	86
16日	水	御飯・ホキのソテー・高野豆腐のサイコロ煮・味噌汁・ヨーグルトのハチミツソースがけ・漬物	454	シルベレーヌ・紅茶	97
17日	木	チキンカレー・うまい菜と平天の和風ドレ和え・ミルク寒天のイチゴソースかけ	500	黒糖まんじゅう ほうじ茶	127
18日	金	御飯・銀ひらすの照り焼き・金時豆煮・キャベツのハンパンドレサラダ・味噌汁・漬物	496	豆乳カステラ 緑茶	115
19日	土	御飯・鶏の唐揚げ・菜の花と油揚げの煮浸し・玉子豆腐・味噌汁・漬物	552	あんシュー ほうじ茶	99
21日	月	ピピンバ・いかふくさ焼き・ブロッコリーと油あげのおから和え・中華スープ	523	おかしなバナナ 紅茶	157
22日	火	わかめうどん・もやしと鶏肉の炒め物・ポテトサラダ	510	黒糖まんじゅう ほうじ茶	127
23日	水	御飯・肉団子のクリームシチュー・うまい菜とえのきの炒め物・コンソメスープ・フルーツ	597	水ようかん・緑茶	75
24日	木	御飯・かれいの魚田・切干大根と鶏肉の煮物・スパゲティサラダ・すまし汁・漬物	521	さくらフィナンシェ 紅茶	68
25日	金	御飯・蒸し鶏・レンコンと豚肉の煮物・しろなと椎茸の真砂和え・味噌汁・漬物	458	あんシュー 緑茶	100
26日	土	御飯・銀ひらすの照り煮・大根といかの炒め物・さつま芋のサラダ・味噌汁・漬物	527	パウンドケーキ ほうじ茶	163
28日	月	御飯・回鍋肉・ひじきと油揚げの煮物・味噌汁・杏仁豆腐・漬物	598	おしるこ・せんべい 緑茶	165
29日	火	御飯・白身魚の唐揚げ・高野豆腐のそぼろ煮・しろなの梅かつお和え・味噌汁・漬物	504	スイートポテト 紅茶	70
30日	水	御飯・牛皿・鶏つみれ・菜の花と平天の麴ナムル和え・味噌汁・漬物	585	パンナコッタ	81

材料の都合により変更する場合があります