

4月



2024福祉4月間献立カレンダー

株式会社オーシャン
タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金
	4月1日	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日
昼食	アジの山椒焼き さつまいもの甘煮 オクラのゆず塩和え みそ汁	ハヤシライス ハムカツ フロッコリーのサラダ アセロラゼリー	お花見うどん 香味シューマイ 白菜の和え物 フルーツ(みかん缶)	7月の正油焼き 揚げ豆腐銀あん 大根のおかか和え みそ汁 	鶏肉と大豆のトマト煮 チンゲン菜のソテー スパゲティサラダ フルーツミックス
価養栄	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 231/14.5/6.0/30.5/1.9	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 465/13.4/28.2/44.2/3.1	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 455/12.9/6.6/81.8/3.4	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 238/19.7/11.8/14.1/1.9	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 342/14.1/18.6/30.9/1.7
	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日
昼食	赤魚のごま油焼き ひじきと大豆の炒り煮 オクラのなめ茸和え みそ汁	シルバーのみそ焼き 水餃子のスープ煮 ポテトサラダ すまし汁	春の湯葉丼 白菜と竹輪の煮物 つけもの みそ汁 ヨーグルト	アジの和風ソテー 車ぶの煮物 キャベツの塩昆布和え スープ	ためきそば さつまいものきんぴら きゅうりとしらすの和え物 フルーツ(バナナ)
価養栄	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 201/17.1/8.5/14.6/2.2	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 305/16.9/15.3/26.7/2.1	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 207/12.8/5.6/27.0/2.9	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 263/17.3/11.1/22.8/2.3	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 481/17.3/6.9/88.3/3.1
	4月15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日
昼食	大分名物! 鶏天 ひじき煮 いい大根 カニカマのすまし汁 	サバの奄田焼き 根菜の煮物 じゃが芋の粒マスタードマヨ和え みそ汁	すき焼き風コロッケ きんぴらごぼう もやしのささみ和え みそ汁	春野菜のあんかけ焼きそば きゅうりの中華和え フルーツ(パイン缶) 中華スープ	春の小柱と筍のチャーハン 焼ギョーザ チンゲン菜の彩り和え 春雨スープ
価養栄	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 347/16.4/21.0/23.9/2.7	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 441/14.0/29.7/31.5/1.9	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 288/10.4/13.1/33.1/2.2	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 492/16.3/14.8/82.3/2.8	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 272/10.7/14.9/23.9/3.4
	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日
昼食	マクロカツ&イカリングフライ 高野豆腐の煮もの チンゲン菜のごま油和え みそ汁	鶏肉の山菜つけそうめん ほうれん草とハムのベーコン炒め カリフラワーのドレッシング和え フルーツ(ネーフル)	サバの味噌煮 フロッコリーとウインナーの炒め物 白菜の酢の物 すまし汁	第14回 カレーの日 	五穀ご飯 白金タラのバター焼き 豆腐と野菜のお出汁煮 きゅうりとチーズのサラダ みそ汁
価養栄	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 288/13.5/16.1/24.0/2.1	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 470/17.5/9.4/76.3/3.2	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 298/15.4/20.3/12.3/1.9		kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 219/17.7/10.6/15.4/2.4
	4月29日	4月30日	<p>春の花たちがたくさん咲いてきれいですね~</p> <p>詳しくはこちら</p> <p>※都合により、献立を変更する場合がございます。</p>		
昼食	ささみフライ&枝豆コロッケ ほうれん草とハムのソテー オクラの土佐和え みそ汁	いかハンバーグ 切干大根煮 パスタサラダ みそ汁			
価養栄	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/12.7/13.1/29.2/2.6	kcal/ﾀｯﾊﾟ° ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 224/13.5/8.8/22.6/1.9			



QRコード