

# 福祉A 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

# 4月

月

火

水

木

金

4月1日

4月2日

4月3日

4月4日

昼食

シルバーのごま油焼き  
大根と竹輪の煮物  
スナッフエンドウの土佐和え  
みそ汁

豆腐の豚すき煮  
キャベツのサラダ  
つけもの  
みそ汁  
フルーツ(みかん缶)

白金タラのソテー  
卵の花  
オクラの塩こんぶ和え  
みそ汁

鶏肉とキャベツのオイスター炒め  
揚げ豆腐銀あん  
トマトのマヨサラダ  
すまし汁



価養栄

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
211/18.3/8.4/14.8/2.0

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
229/11.4/11.7/21.2/1.9

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
204/14.3/11.2/14.3/1.9

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
383/19.7/26.8/19.5/1.6

4月7日

4月8日

4月9日

4月10日

4月11日

昼食

ﾌﾞﾘのたれがらめ  
春雨のチャプチェ風  
ポテトサラダ  
みそ汁

豚肉のバーベキュー風炒め  
ふきと竹輪の煮物  
キャベツのゆずみそ和え  
すまし汁

五目豆腐ハンバーグ  
白菜のとろみ煮  
もやしとベーコンのサラダ  
みそ汁

ミニ菜めし  
きしめん  
鶏ごぼろ  
チンゲン菜の山椒正油和え  
フルーツ(パイン缶)

徳島郷土! 金時豆入りぼろ寿司  
鶏の佐那河内揚げ風  
ほうれん草のマヨ和え  
みそ汁  
徳島 フルーツ(黄桃缶)

価養栄

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
303/15.5/14.3/31.6/2.0

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
239/13.9/10.8/23.7/1.8

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
238/11.3/12.9/20.8/2.2

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
308/10.2/6.1/54.1/3.4

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
460/18.3/23.5/47.0/3.7

4月14日

4月15日

4月16日

4月17日

4月18日

昼食

とんべい焼き風  
香味シューマイ  
きゅうりの和え物  
みそ汁

黄金カレーのポワレ  
ひじき煮  
チンゲン菜のごま和え  
みそ汁

チキンソテーカクテルソース  
なすの煮物  
オクラのおかか和え  
すまし汁

メンチカツ  
筍の煮物  
マカロニサラダ  
みそ汁

厚揚げと豚肉のとろみ煮  
ちびっ子お好み焼き  
ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの小海老和え  
みそ汁

価養栄

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
335/16.6/22.9/17.0/2.4

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
224/15.7/12.2/14.9/2.3

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
267/15.3/16.5/15.8/1.8

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
349/11.7/20.7/29.5/2.5

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
292/17.4/16.2/20.5/2.1

4月21日

4月22日

4月23日

4月24日

4月25日

昼食

ﾌﾞﾘの照り焼き  
さつま芋の甘煮  
きゅうりのゆず塩和え  
みそ汁

キーマ風カレー  
ハムカツ  
ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのマヨサラダ  
フルーツ(パイン缶)

春野菜のあんかけ焼きそば  
もやしとわかめのサラダ  
中華スープ  
フルーツ(バナナ)

助宗タラの正油焼き  
かぼちゃのそぼろ煮  
大根の土佐和え  
みそ汁

第86回  
カレーの日

価養栄

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
209/14.3/3.1/32.7/2.1

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
442/15.3/26.4/40.1/3.5

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
511/16.5/15.4/85.6/3.1

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
221/18.2/7.6/20.1/1.8

4月28日

4月29日

4月30日

昼食

ホキのごま油焼き  
ひじきと大豆の炒り煮  
オクラのマヨ和え  
みそ汁

お赤飯  
赤魚の野菜あんかけ  
たけのこの花かんも煮  
きゅうりのゆかり和え  
みそ汁

春の山菜湯葉丼  
ほうれん草とささみの胡麻マヨ和え  
つけもの  
みそ汁  
フルーツ(洋なし缶)



詳しくは  
こちら

QRコード

価養栄

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
234/16.6/14.3/11.8/2.2

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
254/18.0/9.7/22.5/2.6

kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g  
220/11.6/10.0/22.5/3.0

※都合により、献立を変更する  
場合がございます。