２０２６年０４月　月間献立表
（常食（特養））

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
朝 昼 夕	朝 昼 夕	朝 昼 夕	１日 朝 米飯 / 味噌汁(わかめ) / れんこんのカツオ煮 / さつま揚げ / １食うめびしお / パック牛乳 昼 赤飯 / 味噌汁(あおさ) / ﾐﾙｸｽｲｰﾂ（ﾊﾞﾅﾅ） / 鶏肉の甘辛煮 / ゆばひろうすの煮物 / ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの柚子味噌 夕 米飯 / 魚の香草パン粉焼き / ポークビーンズ / 人参ｻﾗﾀﾞ	２日 朝 米飯 / 味噌汁(玉葱) / 冬瓜と人参夫煮物 / 豆腐ハンバーグ / １食たいみそ / パック牛乳 昼 米飯 / カレースープ / フルーツ（みかん） / 豚肉の塩だれ焼き / 玉ねぎのｿﾃｰ / 胡瓜と水菜のｻﾗﾀﾞ 夕 米飯 / エビチリ風 / 春菊の金糸かけ / フルーツ（甘夏缶）	３日 朝 米飯 / 味噌汁(大根葉) / きんぴら人参 / 三色豆 / １食金山寺みそ / パック牛乳 昼 米飯 / 味噌汁(わかめ) / ﾐﾙｸｽｲｰﾂ（紅茶） / 魚の梅ﾈｷﾞ焼き / 揚げ出し豆腐 / ｶﾘﾌﾗﾜｰの辛子和え 夕 米飯 / 白菜と豚肉の炒め煮 / ｲﾝｹﾞﾝの柚子胡麻和え / フルーツ（パイン缶）	４日 朝 米飯 / 味噌汁(南瓜) / 蒟蒻のオランダ煮 / 花五目卵焼き / １食かつおみそ 昼 米飯 / 中華たまごスープ / ﾌﾙｰﾁｪ（ぶどう） / 鶏肉と野菜の中華風煮 / 青梗菜の中華和え 夕 米飯 / 魚のムニエル / ガーリックソテー / ｷｬﾍﾞﾂのﾏｽﾀｰﾄﾞｻﾗﾀﾞ
５日 朝 米飯 / 味噌汁(玉葱) / 厚揚げと人参の煮物 / ほうれん草しゅうまい / １食うめびしお / パック牛乳 昼 麦ご飯１５０ｇ / 味噌汁(もずく) / フルーツ（バナナ） / 魚のゴマ煮 / 冬瓜のくず和え / ｲﾝｹﾞﾝのゆず味噌和え 夕 米飯 / ポークチャップ / 南瓜のｺﾝｿﾒ煮 / 胡瓜とﾊﾑのｻﾗﾀﾞ	６日 朝 米飯 / 味噌汁(わかめ) / れんこんの金平 / ﾁｰｽﾞオムレツ / １食金山寺みそ / パック牛乳 昼 米飯 / きのこポタージュ / ヨーグルトいちご / 牛肉のつけ焼き / 玉ねぎのソテー / ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ 夕 米飯 / 魚のバジル焼き / ﾎｳﾚﾝ草のｿﾃｰ / グリーンｻﾗﾀﾞ	７日 朝 米飯 / 味噌汁(きざみあげ) / きのこの佃煮風 / ポークステーキ / １食のり佃煮 / パック牛乳 昼 米飯 / 味噌汁（葉大根） / フルーツ（いちご） / 鶏肉のﾈｷﾞ塩たれ / 小松菜の華風炒め / ﾓﾔｼの中華和え 夕 米飯 / 魚の塩こうじ焼き / さつまいもの甘煮 / ｷｬﾍﾞﾂとﾊﾑのｻﾗﾀﾞ	８日 朝 米飯 / 味噌汁(白菜) / しらたきの炒り煮 / ｻﾗﾀﾞステーキ / １食海老みそ / パック牛乳 昼 米飯 / 清まし汁（とろろ昆布 / わたようかん陽だまり / かぼちゃコロッケ / 五目大豆煮 / 胡瓜の酢味噌和え 夕 米飯 / 豚肉の生姜焼き / 高野豆腐の含め煮 / 春菊のじゃこ和え	９日 朝 米飯 / 味噌汁(厚揚げ) / ふきの煮物 / ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ / １食たいみそ / パック牛乳 昼 米飯 / ﾁｬﾝﾎﾟﾝｽｰﾌﾟ（冷ﾆｭ） / ヨーグルト（ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ） / ガリバタチキン / 白菜のｻﾗﾀﾞ 夕 米飯 / 魚のﾊﾞﾀｰ焼き / ｱｽﾊﾟﾗのｿﾃｰ / 大根サラダ	１０日 朝 米飯 / 味噌汁(大根葉) / ひじきの炒め煮 / 豆腐しゅうまい / めかぶ佃煮 / パック牛乳 昼 米飯 / パンプキンポタージュ / ﾐﾙｸｽｲｰﾂ（ピーチ） / 里芋と豚肉の旨煮 / ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾊﾑのｻﾗﾀﾞ 夕 五穀ご飯１５０ｇ / 魚の香味焼き / ﾋﾟｰﾏﾝ味噌炒め / オクラのｻﾗﾀﾞ	１１日 朝 米飯 / 味噌汁(えのき) / もやしの油炒め / 厚巻卵ほうれん草 / １食かつおみそ / パック牛乳 昼 米飯 / 中華スープ / フルーツ（黄桃缶） / 魚のカレーパン粉焼き / ｲﾝｹﾞﾝのｿﾃｰ / カリフラワーｻﾗﾀﾞ 夕 米飯 / フルーツ（パイン缶） / 鶏肉とじゃが芋煮込み / ﾎｳﾚﾝ草の白和え
１２日 朝 米飯 / 味噌汁(豆腐) / たけのこのカツオ煮 / 豆腐ハンバーグ / １食のり佃煮 / パック牛乳 昼 米飯 / あおさ汁 / フルーツ（みかん缶） / ギョーザ / ﾓﾔｼとﾆﾗｵｲｽﾀｰ炒め / キャベツのｻﾗﾀﾞ 夕 米飯 / 魚の塩焼き / 里芋のいなか煮 / 小松菜の辛子和え	１３日 朝 米飯 / 味噌汁（じゃがいも） / 野菜炒め / 厚焼き玉子 / １食もろみみそ / パック牛乳 昼 米飯 / かき玉汁 / ミルクスイーツ（いち / 鮭のﾁｰｽﾞフライ / ﾋﾟｰﾏﾝのｿﾃｰ / ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳのｻﾗﾀﾞ 夕 米飯 / フルーツ（りんご缶） / 豚肉と茄子の味噌炒め / ﾅﾑﾙ	１４日 朝 米飯 / 味噌汁(人参) / ぜんまいの煮物 / 南瓜しゅうまい / １食金山寺みそ / パック牛乳 昼 米飯 / 緑黄色ﾎﾟﾀｰｼﾞｭ / フルーツ（白桃缶） / 牛肉のしぐれ煮 / 青梗菜のｿﾃｰ / 大根サラダ 夕 米飯 / 魚のｶﾚｰｵｲﾙ焼き / キャベツのｺﾝｿﾒ煮 / ひじきのｻﾗﾀﾞ	１５日 朝 米飯 / 味噌汁(おつゆ麸) / きんぴらごぼう / ぶどう煮豆 / めかぶ佃煮 / パック牛乳 昼 米飯 / 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ) / フルーツ（甘夏缶） / 鶏肉の照り焼き / たまねぎの卵とじ / ﾚﾀｽのぬた和え 夕 赤飯（新） / 魚の煮付け / 高野豆腐の含め煮 / オクラの和え物	１６日 朝 米飯 / 味噌汁(豆腐) / 切干大根と人参の煮物 / いわしのカツオ煮 / １食ゆずみそ / パック牛乳 昼 米飯 / けんちん汁 / ﾌﾙｰﾁｪ（ぶどう） / 魚の梅蒸し / 五目ビーフン / ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの中華和え 夕 米飯 / 鶏肉と野菜の甘辛炒め / ﾎｳﾚﾝ草のｲﾀﾘｱﾝｻﾗﾀﾞ / フルーツ（洋梨缶）	１７日 朝 米飯 / 味噌汁(まきふ) / じゃがいもきんぴら / ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ / １食たいみそ / パック牛乳 昼 米飯 / 味噌汁（なす） / フルーツ（バナナ） / 魚のﾚﾓﾝｵｲﾙ焼き / きのこのﾍﾟﾍﾟﾛﾝﾁｰﾉ / アスパラｻﾗﾀﾞ 夕 米飯 / ポークソテー / ｲﾝｹﾞﾝのｿﾃｰ / ｶﾘﾌﾗﾜｰのゆかり和え	１８日 朝 米飯 / 味噌汁(刻み揚げ) / なすと人参の田舎煮 / ウインナー / １食梅うめびしお / パック牛乳 昼 米飯 / コーンポタージュ / フルーツ（パイン缶） / 鶏肉と茸のトマト煮 / 白菜のｺｰﾙｽﾛｰ 夕 米飯 / 魚のゆずみそ焼き / 冬瓜といかの煮物 / 胡瓜の酢の物
１９日 朝 米飯 / 味噌汁(大根葉) / キャベツのクリーム煮 / 旬菜焼き / １食もろみみそ / パック牛乳 昼 麦ご飯１５０ｇ / あおさ汁 / ヨーグルトいちご / 魚の青じそ焼き / 揚げ出汁豆腐 / 小松菜の和え物 夕 米飯 / チキンソテー / 南瓜のｺﾝｿﾒ煮 / ｶﾘﾌﾗﾜｰのｻﾗﾀﾞ	２０日 朝 米飯 / 味噌汁(さつま芋) / 蒟蒻のオランダ煮 / 人参しゅうまい / １食うめびしお / パック牛乳 昼 米飯 / かき玉汁 / ﾐﾙｸｽｲｰﾂ（紅茶） / 魚の香草パン粉焼き / アスパラのソテー / 人参サラダ 夕 米飯 / 里芋と豚肉のうま煮 / 胡瓜と若布梅肉和え / フルーツ（洋梨缶）	２１日 朝 米飯 / 味噌汁(えのき) / れんこんのかつお煮 / トマトオムレツ / めかぶ佃煮 / パック牛乳 昼 米飯 / 味噌汁(人参) / フルーツ（甘夏缶） / 鶏肉と茸柚子胡椒炒め / オクラのお浸し 夕 米飯 / 魚の野菜あんかけ / ほうれん草のナムル / フルーツ（黄桃缶）	２２日 朝 米飯 / 味噌汁(大根葉) / ﾋﾟｰﾏﾝﾍﾞｰｺﾝ炒め / いわしのカツオ煮 / １食たいみそ / パック牛乳 昼 米飯 / 枝豆のポタージュ / フルーツ（みかん缶） / 魚のごま煮 / 青梗菜の炒め煮 / もやしのゆずみそ和え 夕 米飯 / メンチカツ / キャベツ人参ソテー / ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ	２３日 朝 米飯 / 味噌汁(おつゆ麸) / きんぴら人参 / ｻﾗﾀﾞステーキ / １食のり佃煮 / パック牛乳 昼 米飯 / 味噌汁(しめじ) / ﾐﾙｸｽｲｰﾂ（ﾊﾞﾅﾅ） / 麻婆豆腐 / 胡瓜の酢の物 夕 米飯 / 魚のムニエル / いんげんの味噌炒め / グリーンサラダ	２４日 朝 米飯 / 味噌汁(えのき) / 大根と人参の煮物 / 豆腐しゅうまい / １食金山寺みそ / パック牛乳 昼 あんぱん / クリームパン / ごぼうのポタージュ / フルーツ（りんご缶） / 牛肉のトマト煮込み / かぼちゃサラダ 夕 米飯 / 鮭のちゃんちゃん焼き / 春菊のゴマ和え / フルーツ（パイン缶）	２５日 朝 米飯 / 味噌汁(里芋) / 玉葱と人参の佃煮風 / ウインナー / １食かつおみそ / パック牛乳 昼 米飯 / 吸い物（かまぼこ） / ヨーグルト（ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ） / 魚の菜種焼き / 卵の花炒め / アスパラ中華和え 夕 五穀ご飯１５０ｇ / がめ煮 / 小松菜の酢味噌和え / フルーツ（白桃缶）
２６日 朝 米飯 / 味噌汁(じゃが芋) / しらたきの炒り煮 / サラダステーキ / １食のり佃煮 / パック牛乳 昼 米飯 / 清まし汁（ﾄﾛﾛ） / フルーツ（みかん缶） / 豚肉と野菜の甘辛炒め / ほうれん草の金糸かけ 夕 米飯 / 魚のｶﾚｰｵｲﾙ焼き / 青梗菜と茸のｿﾃｰ / オニオンｻﾗﾀﾞ	２７日 朝 米飯 / 味噌汁(えのき) / ひじきの炒め煮 / ﾎｳﾚﾝ草しゅうまい / めかぶ佃煮 / パック牛乳 昼 米飯 / 味噌汁（きざみあげ） / ﾐﾙｸｽｲｰﾂ（ピーチ） / 豚肉のピカタ / ﾋﾟｰﾏﾝのｿﾃｰ / ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳのｻﾗﾀﾞ 夕 米飯 / 魚の琥珀蒸し / 根菜の甘酢炒め / 白菜のゆかり和え	２８日 朝 米飯 / 味噌汁(だいこん) / ふきの煮物 / ぶどう煮豆 / １食うめびしお / パック牛乳 昼 米飯 / パンプキンポタージュ / フルーツ（バナナ） / 魚のバジル焼き / ジャーマンポテト / ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ 夕 米飯 / 豚肉の塩だれ炒め / アスパラの中華炒め / 春菊の辛子和え	２９日 朝 米飯 / 味噌汁(おつゆふ) / 厚揚げと人参の煮物 / ﾁｰｽﾞオムレツ / １食かつおみそ / パック牛乳 昼 米飯 / 吸い物（もずく） / フルーツ（りんご缶） / 魚のおろし煮 / 蒟蒻のごま炒め / ﾓﾔｼと水菜のｻﾗﾀﾞ 夕 米飯 / すき焼き風煮 / 小松菜の酢味噌和え / フルーツ（洋梨缶）	３０日 朝 米飯 / 味噌汁(里芋) / れんこんのきんぴら / さつま揚げ / １食もろみみそ / パック牛乳 昼 米飯 / 中華スープ / ミルクスイーツ（いち / ポークチャップ / ｶﾞｰﾘｯｸソテー / ｶﾘﾌﾗﾜｰのｻﾗﾀﾞ 夕 米飯 / 魚の西京焼き / 南瓜の煮付け / いんげんの胡麻和え	朝 昼 夕	朝 昼 夕
朝 昼 夕	朝 昼 夕	メモ				