

※4月 献立表～完了期～

ナーサリールーム

日	曜	献立名			ナーサリールーム		
		朝おやつ	昼食	おやつ	あか 体をつくる 血や肉になる	黄 カや体温のもとになる	みどり 体の調子を整える
1	月	牛乳	軟飯 中華スープ 麻婆豆腐 フレンチサラダ オレンジ 麦茶	チーズバウンドケーキ 牛乳	牛乳 豆腐 豚 ひき肉(赤身) みそ 卵 パルメザンチーズ	軟めし はるさめ ごま油 砂糖 片栗粉 調合油 ホット ケーキミックス	さやいんげん にんじん たまねぎ ねぎ ブロッコリー きゅうり コーン オレンジ
2	火	牛乳	軟飯 南瓜の味噌汁 魚のクリームコーン 焼き 納豆和え ぶどうゼリー 麦茶	焼きおにぎり りんご 牛乳	牛乳 みそ さけ 納豆	軟めし マヨネーズ(卵なし) ぶどうジュース 砂糖 ごはん	かぼちゃ たまねぎ コーン ほうれんそう にんじん だいこん りんご
3	水	牛乳	軟飯 具沢山すまし汁 鶏の唐揚げ ポテトサラダ パナナ 麦茶	メロンパントースト2 牛乳	牛乳 鶏もも	軟めし 片栗粉 調合油 じゃがいも マヨネーズ(卵なし) 食パン バター 砂糖 薄力粉	はくさい しいたけ こねぎ にんじん たまねぎ きゅうり パナナ
4	木	牛乳	ツナと茄子のトマトパスタ コンソメスープ ジャムヨーグルト 麦茶	ひじきおにぎり オレンジ 牛乳	牛乳 ツナ ヨーグルト 油揚げ	スパゲッティ(ゆで) 砂糖 オリブ油 いちごジャム ごはん	たまねぎ なす えのきたけ キャベツ にんじん ひじき オレンジ
5	金	牛乳	軟飯 味噌汁 豚肉と野菜の煮込み しらす和え りんご 麦茶	さつま芋のきなこ和え 牛乳	牛乳 豆腐 みそ 豚ばら 釜揚げしらす きなこ	軟めし 調合油 砂糖 片栗粉 さつまいも	ねぎ たまねぎ 黄パプリカ(果実、生) ビーマン さやいんげん にんじん りんご
6	土	牛乳	親子丼 すまし汁 チーズ 麦茶	ゆかりおにぎり パナナ 牛乳	牛乳 鶏もも 卵 チーズ	軟めし 砂糖 調合油 ごはん	たまねぎ にんじん しいたけ ほうれんそう えのきたけ ゆかり パナナ
8	月	牛乳	軟飯 味噌汁 鶏と野菜の煮込み 春雨サラダ ジャムヨーグルト 麦茶	しらすと青菜のおにぎり オレンジ 牛乳	牛乳 みそ 鶏もも ロースハム ヨーグルト 釜揚げしらす	軟めし さつまいも 調合油 砂糖 片栗粉 はるさめ ごま油 いちごジャム ごはん	ねぎ だいこん にんじん さやいんげん きゅうり コーン こまつな オレンジ
9	火	牛乳	軟飯 すまし汁 魚のパン粉焼き ゆかり和え パナナ 麦茶	焼きドーナツ 牛乳	牛乳 さけ 油揚げ 卵 豆腐	軟めし 薄力粉 パン粉 オリブ油 砂糖 片栗粉 ホット ケーキミックス 調合油	えのきたけ わかめ はくさい にんじん ゆかり パナナ
10	水	牛乳	ポークカレー コンソメスープ オレンジゼリー 麦茶	鶏そぼろおにぎり りんご 牛乳	牛乳 豚ばら 若鶏、むね ひき肉(皮なし、生)	軟めし じゃがいも 調合油 オレンジジュース 砂糖 ごはん	にんじん たまねぎ ブロッコリー しめじ りんご
11	木	牛乳	軟飯 味噌汁 和風ミートローフ パンキンサラダ りんご 麦茶	焼きうどん 牛乳	牛乳 みそ 合い挽き肉(生) 豆腐 チーズ 豚 ひき肉(赤身)	軟めし パン粉 調合油 片栗粉 マヨネーズ(卵なし) うどん	なす にんじん たまねぎ かぼちゃ りんご キャベツ
12	金	牛乳	軟飯 具沢山すまし汁 魚の味噌マヨ焼き 海苔和え パナナ 麦茶	きなこクッキー 牛乳	牛乳 かわいい みそ きなこ	軟めし お麩 マヨネーズ(卵なし) 砂糖 薄力粉 片栗粉 バター 調合油	さやいんげん にんじん ねぎ ほうれんそう 赤パプリカ(果実、生) コーン 焼きのり パナナ
13	土	牛乳	和風ツナ野菜丼 味噌汁 チーズ 麦茶	ケチャップライスおにぎり オレンジ 牛乳	牛乳 ツナ みそ チーズ	軟めし じゃがいも ごはん	はくさい にんじん しめじ ねぎ たまねぎ コーン オレンジ
15	月	牛乳	軟飯 中華スープ 麻婆豆腐 フレンチサラダ オレンジ 麦茶	チーズバウンドケーキ 牛乳	牛乳 豆腐 豚 ひき肉(赤身) みそ 卵 パルメザンチーズ	軟めし はるさめ ごま油 砂糖 片栗粉 調合油 ホット ケーキミックス	さやいんげん にんじん たまねぎ ねぎ ブロッコリー きゅうり コーン オレンジ
16	火	牛乳	軟飯 南瓜の味噌汁 魚のクリームコーン 焼き 納豆和え ぶどうゼリー 麦茶	焼きおにぎり りんご 牛乳	牛乳 みそ さけ 納豆	軟めし マヨネーズ(卵なし) ぶどうジュース 砂糖 ごはん	かぼちゃ たまねぎ コーン ほうれんそう にんじん だいこん りんご
17	水	牛乳	軟飯 具沢山すまし汁 鶏の唐揚げ ポテトサラダ パナナ 麦茶	メロンパントースト2 牛乳	牛乳 鶏もも	軟めし 片栗粉 調合油 じゃがいも マヨネーズ(卵なし) 食パン バター 砂糖 薄力粉	はくさい しいたけ こねぎ にんじん たまねぎ きゅうり パナナ
18	木	牛乳	ツナと茄子のトマトパスタ コンソメスープ ジャムヨーグルト 麦茶	ひじきおにぎり オレンジ 牛乳	牛乳 ツナ ヨーグルト 油揚げ	スパゲッティ(ゆで) 砂糖 オリブ油 いちごジャム ごはん	たまねぎ なす えのきたけ キャベツ にんじん ひじき オレンジ
19	金	牛乳	軟飯 味噌汁 豚肉と野菜の煮込み しらす和え りんご 麦茶	さつま芋のきなこ和え 牛乳	牛乳 豆腐 みそ 豚ばら 釜揚げしらす きなこ	軟めし 調合油 砂糖 片栗粉 さつまいも	ねぎ たまねぎ 黄パプリカ(果実、生) ビーマン さやいんげん にんじん りんご
20	土	牛乳	親子丼 すまし汁 チーズ 麦茶	ゆかりおにぎり パナナ 牛乳	牛乳 鶏もも 卵 チーズ	軟めし 砂糖 調合油 ごはん	たまねぎ にんじん しいたけ ほうれんそう えのきたけ ゆかり パナナ
22	月	牛乳	軟飯 味噌汁 鶏と野菜の煮込み 春雨サラダ ジャムヨーグルト 麦茶	しらすと青菜のおにぎり オレンジ 牛乳	牛乳 みそ 鶏もも ロースハム ヨーグルト 釜揚げしらす	軟めし さつまいも 調合油 砂糖 片栗粉 はるさめ ごま油 いちごジャム ごはん	ねぎ だいこん にんじん さやいんげん きゅうり コーン こまつな オレンジ
23	火	牛乳	軟飯 すまし汁 魚のパン粉焼き ゆかり和え パナナ 麦茶	焼きドーナツ 牛乳	牛乳 さけ 油揚げ 卵 豆腐	軟めし 薄力粉 パン粉 オリブ油 砂糖 片栗粉 ホット ケーキミックス 調合油	えのきたけ わかめ はくさい にんじん ゆかり パナナ
24	水	牛乳	ポークカレー コンソメスープ オレンジゼリー 麦茶	鶏そぼろおにぎり りんご 牛乳	牛乳 豚ばら 若鶏、むね ひき肉(皮なし、生)	軟めし じゃがいも 調合油 オレンジジュース 砂糖 ごはん	にんじん たまねぎ ブロッコリー しめじ りんご
25	木	牛乳	軟飯 味噌汁 和風ミートローフ パンキンサラダ りんご 麦茶	焼きうどん 牛乳	牛乳 みそ 合い挽き肉(生) 豆腐 チーズ 豚 ひき肉(赤身)	軟めし パン粉 調合油 片栗粉 マヨネーズ(卵なし) うどん	なす にんじん たまねぎ かぼちゃ りんご キャベツ
26	金	牛乳	軟飯 具沢山すまし汁 魚の味噌マヨ焼き 海苔和え パナナ 麦茶	きなこクッキー 牛乳	牛乳 かわいい みそ きなこ	軟めし お麩 マヨネーズ(卵なし) 砂糖 薄力粉 片栗粉 バター 調合油	さやいんげん にんじん ねぎ ほうれんそう 赤パプリカ(果実、生) コーン 焼きのり パナナ
27	土	牛乳	和風ツナ野菜丼 味噌汁 チーズ 麦茶	ケチャップライスおにぎり オレンジ 牛乳	牛乳 ツナ みそ チーズ	軟めし じゃがいも ごはん	はくさい にんじん しめじ ねぎ たまねぎ コーン オレンジ
30	火	牛乳	軟飯 南瓜の味噌汁 魚のクリームコーン 焼き 納豆和え ぶどうゼリー 麦茶	焼きおにぎり りんご 牛乳	牛乳 みそ さけ 納豆	軟めし マヨネーズ(卵なし) ぶどうジュース 砂糖 ごはん	かぼちゃ たまねぎ コーン ほうれんそう にんじん だいこん りんご

調味料:かつおだし、塩、醤油、ケチャップ、酢、みりん、料理酒、チキンコンソメ、中濃ソース、カレー粉、カレールウ、ベーキングパウダー、アガーを使用しています

栄養価:カロリー 389cal たんぱく質 15.5g 脂質 12.4g 炭水化物 57.9g カルシウム 196mg 食塩 1.1g

