

4月献立表

常食

特別養護老人ホーム 夢眠さくら

	令和07年04月01日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
朝	タフルソフ ジャム(りんご) 【UP↑】コンスープ とりつくね~ブロッコリー添え 【UP↑】バナナヨーグルト	御飯 【UP↑】コンスープ 豆腐ハンバーグ &野菜のトマト煮込み 【UP↑】プレーンヨーグルト	ホテとたまごのお粥 銀鮭の塩焼き &カリフラワーおなか 牛乳	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 だし巻きたまご &いんげんの炒め物 牛乳	御飯 【UP↑】朝の豚汁 ホックのみりん焼き &ほうれん草の煮浸し 【UP↑】プレーンヨーグルト
昼	☆開設記念日☆ まぐろとねぎとろの御飯 お吸い物 炊き合わせ ほうれん草の白和え 桜餅	◇春の鶏照り焼き御膳 御飯 味噌つみれ汁 照焼きキン 桜タルソースかけ 付)キャベツ ツリジャガ フルーツ(りんご)	◇本格!麻婆豆腐定食 御飯 ごま油香るワカメスープ 麻婆豆腐 春雨サラダ フルーツ(オレンジ)	◇さば塩焼き定食 御飯 ちゃんこスープ さばの塩焼き 付)大根おろし しぎ茄子 フルーツ(キウイ)	◇懐かしのコロケ定食 御飯 さつま汁 コロケ定食 付)キャベツ 鶏もつ煮 フルーツ(みかん缶)
おやつ	桜練り切り	ソフトぼうろ	ドームケーキチョコ	おかき きなこ	ソフトサラダ
夕	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 牛焼肉 &野菜炒め 温泉卵	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 めばるの煮付け &大根と人参の煮物 ブロッコリーの白ごま和え	御飯 【UP↑】夜の豚汁 あじのみりん焼き &ひじきの煮物 オクラの和え物	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 鶏肉のねぎ塩炒め カリフラワーのおなか和え	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 メダの照焼き &切干大根煮 とろろ
	エネルギー 1640kcal 蛋白質 77.5g 食塩相当 7.2g	エネルギー 1657kcal 蛋白質 70.6g 食塩相当 7.1g	エネルギー 1785kcal 蛋白質 82g 食塩相当 6.5g	エネルギー 1645kcal 蛋白質 64.9g 食塩相当 6.8g	エネルギー 1627kcal 蛋白質 58.9g 食塩相当 5.9g

	6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
朝	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 野菜入りスクランブルエッグ &キャベツツテ 【UP↑】バナナヨーグルト	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 銀ひらすの煮付け &大根と人参の煮物 【UP↑】バナナヨーグルト	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 鶏肉の照焼き &いんげんの炒め物 【UP↑】プレーンヨーグルト	タフルソフ ジャム(りんご) 【UP↑】コンスープ とりつくね~菜の花添え 牛乳	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 さばの味噌煮 &里芋の煮物 牛乳	おおすび(青じそ・白) 【UP↑】朝の豚汁 だし巻きたまご &ブロッコリーの炒め物 【UP↑】バナナヨーグルト	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 銀鮭の塩焼き &ほうれん草の煮浸し 牛乳
昼	◇おでかけランチ(吉野家) 牛丼 ワタンスープ マカロニサラダ ヨーグルト	◇お出汁香るカレーうどん カレーうどん 大学芋 デザート(ゼリー)	◇旬のおすすめ:たけのこ御膳 たけのこ御飯 若竹汁 サモンの菜種焼き 付)甘酢生姜 季節の茶碗蒸し フルーツ(キウイ)	◇揚げ出し豆腐御膳 御飯 つみれ汁 揚げ出し豆腐 マカロニサラダ フルーツ(カカテル缶)	◇洋風炊き込みご飯とキャベツ 洋風炊き込みご飯 野菜を食べるスープ ほうれん草のキャベツ 付)スナップエンドウ オクラのサラダ フルーツ(オレンジ)	◇回鍋肉ランチ 御飯 酸辣湯スープ 回鍋肉 海鮮焼売 デザート(ゼリー)	◇ミートローフランチ 御飯 コンソメスープ ミートローフ 付)スナップエンドウ ホリタン フルーツ(白桃缶)
おやつ	黒糖饅頭	抹茶どら焼き	ルマンド	ドーナツ	カスタードケーキ	吹雪饅頭	ドームケーキ
夕	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 さばの塩麹焼き &里芋の煮物 菜の花のお浸し	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 豚の角煮 &青梗菜の煮浸し 中華冷奴	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 おろし豆腐ハンバーグ ブロッコリーのサラダ	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 赤魚の煮付け &かぼちゃの煮物 とろろ	御飯 鶏肉のクリーム煮 カリフラワーの梅和え デザート(ゼリー)	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 めばるの中華蒸し &きんぴらごぼう 青梗菜のナムル	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 親子煮 いんげんの白ごま和え
	エネルギー 1853kcal 蛋白質 63.1g 食塩相当 7.2g	エネルギー 1800kcal 蛋白質 51.4g 食塩相当 7.5g	エネルギー 1583kcal 蛋白質 63.3g 食塩相当 7.8g	エネルギー 1763kcal 蛋白質 61.8g 食塩相当 6.7g	エネルギー 1826kcal 蛋白質 62g 食塩相当 7g	エネルギー 1867kcal 蛋白質 71.2g 食塩相当 7.6g	エネルギー 1756kcal 蛋白質 60.5g 食塩相当 6.4g

	13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
朝	御飯 【UP↑】ポタージュ 鶏肉の梅しそダレ &野菜炒め 【UP↑】プレーンヨーグルト	タフルソフ ジャム(マレード) 【UP↑】ポタージュ オムレツ~具沢山トマトソース 【UP↑】バナナヨーグルト	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 赤魚のみりん焼き &カリフラワーおなか 牛乳	ホテとたまごのお粥 鶏の焦がし醤油 &青梗菜の煮浸し 牛乳	御飯 【UP↑】具沢山の味噌汁 銀鮭の塩焼き &いんげんの炒め物 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 【UP↑】具沢山の味噌汁 ぶりの照焼き &白菜煮 牛乳	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 だし巻きたまご &菜の花の煮浸し 【UP↑】バナナヨーグルト
昼	◇下町中華セット(オスター炒め) 御飯 ごま油香るワカメスープ 豚肉と青梗菜のオスター炒め 餃子 杏仁豆腐	◇磯部揚げ御膳 御飯 味噌ちゃんこスープ たらこの磯部揚げ 付)大根おろし がんもの煮物 フルーツ(オレンジ)	◇お店の本格ビーフカレー ビーフカレー オニオンスープ コルスローサラダ デザート(ゼリー)	◇おでかけランチ(屋台) ソースやきそば 野菜を食べる和風スープ じゃがバター フルーツ(キウイ)	◇塩豚汁御膳 御飯 塩豚汁 厚揚げの五目炒め 菜の花といかの酢味噌和え フルーツ(洋梨缶)	◇オムライスランチ オムライス クリームスープ マリネ ゼリー(青りんごゼリー)	◇メンチカツランチ 御飯 けんちん汁 メンチカツ 付)キャベツ 春雨サラダ ヨーグルト
おやつ	オレンジゼリー	チョコパイ	味噌饅頭	ぜんべい	おかきのり味	どらやき カスタード	和のパンケーキきなこ
夕	御飯 【UP↑】夜の豚汁 メダの照焼き &菜の花の煮浸し 納豆	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 キンのグリン香味ソース &いんげんの炒め物 ツキとブロッコリーのサラダ	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 さばの塩焼き &ほうれん草のお浸し なます	御飯 【UP↑】夜の豚汁 麻婆なす 中華冷奴	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 豚肉の生姜焼き &野菜ソテー タマゴサラダ	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 鶏肉の塩麹焼き &かぼちゃの煮物 納豆	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 銀ひらすの醤油麹焼き &ひじきの煮物 いんげんの白ごま和え
	エネルギー 1689kcal 蛋白質 78.2g 食塩相当 5.8g	エネルギー 1768kcal 蛋白質 71.5g 食塩相当 7.7g	エネルギー 1634kcal 蛋白質 54g 食塩相当 6.9g	エネルギー 1561kcal 蛋白質 55g 食塩相当 7.4g	エネルギー 1623kcal 蛋白質 63.2g 食塩相当 6.7g	エネルギー 1756kcal 蛋白質 57g 食塩相当 7.6g	エネルギー 1675kcal 蛋白質 61.5g 食塩相当 7.6g

提供: 日清医療食品株式会社



4月献立表

特別養護老人ホーム 夢眠さくら

常食	20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
朝	御飯 【UP↑】朝の豚汁 豆腐ハンバーグ &ブロッコリーの炒め物 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 ひき肉と玉葱のオムレツ &カリフラワーおなか 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 【UP↑】朝の豚汁 めばるの煮付け &切干大根煮 【UP↑】プレーンヨーグルト	鮭と野菜のお粥 とりつくね &白菜の煮浸し 牛乳	おむすび(青じそ・白) 【UP↑】具沢山のお味噌汁 さばの塩焼き &ほうれん草の煮浸し 牛乳	タフルワ ジャム(ブルーベリー) 【UP↑】コンスブ 野菜入りスランプリック 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 銀ひらすの醤油麹焼き &かぼちゃの煮物 牛乳
昼	◇お肉を食べよう!ランチ チャーシュー丼 温卵のせ 野菜たっぷりスープ コールスローサラダ フルーツ(洋梨缶)	◇かわいいの揚げ煮定食 御飯 お吸い物(塩ちゃんこ) かわいいの揚げ煮 付)オクラ 厚揚げのねぎ味噌焼き デザート(ゼリー)	◇洋食屋さんハンバーグランチ 御飯 コンスブ 和風ハンバーグステーキ 付)マッシュポテト ラタトゥイユ フルーツ(りんご)	◇本格!天津飯ランチ 天津飯 ワカメスープ 肉焼売 グリーンサラダ~人参ソース	◇トコト煮込んだ肉豆腐定食 御飯 お吸い物(塩ちゃんこ) 肉豆腐 たけのことわかめの酢味噌和え ヨーグルト	◇旅するランチ(神奈川) サンマ-麺 マグロカツ フルーツ(バナナ)	◇定番!あじフライランチ 御飯 野菜たっぷり和風スープ あじフライとコロッケ 付)スタックエントウ 鶏もつ煮 フルーツ(オレンジ)
おやつ	炭酸饅頭	抹茶プリン	バウムクーヘン	おかしきなこ	チョコドーム	黒糖饅頭	喫茶へお越し下さい
夕	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 ホッケみりん焼き &きんぴらごぼう ごま豆腐	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 牛肉のしぐれ煮 &ほうれん草 とろろ	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 さわらの西京焼き &青梗菜の煮浸し 納豆	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 牛焼肉 &野菜炒め カリフラワーのおかか和え	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 ぶりの照焼き &きんぴらごぼう たまごサラダ	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 鶏肉の梅しそダレ &ひじきの煮物 オクラの和え物	御飯 【UP↑】夜の豚汁 赤魚の味噌煮 &大根と人参の煮物 いんげんの白ごま和え
エネルギー	1697kcal	1626kcal	1638kcal	1792kcal	1775kcal	1799kcal	1591kcal
蛋白質	61.3g	64.1g	64.4g	72.5g	75.1g	74.5g	61.7g
食塩相当	5.5g	6.9g	6g	8.2g	6.1g	9.5g	6.4g

	27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)				
朝	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 鶏肉の塩麹焼き &ブロッコリーの炒め物 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 だし巻きたまご &いんげんソテー 【UP↑】朝のお味噌汁 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 豆腐ハンバーグ &ほうれん草の煮浸し 【UP↑】具沢山のお味噌汁 【UP↑】プレーンヨーグルト	お粥とたまごのお粥 さばの塩麹焼き &カリフラワーおなか 牛乳				
昼	◇チキン南蛮定食 御飯 コンスブ チキン南蛮 付)ブロッコリー 人参サラダ デザート(ゼリー)	◇2種おむすびのだし茶漬け定食 2種おむすび お出汁 サ-モンのごま味噌焼き 付)大葉・香の物 茄子のおろしポン酢 デザート	◇豚肉の旨塩炒め定食 御飯 豚肉の旨塩炒め がんもの煮物 フルーツ(イチイ) 味噌つみれ汁	◇旅するランチ(青森) 御飯 バラ焼き りんごとさつま芋のフレンチサラダ フルーツ(バナナ) けんちん汁				
おやつ	チョコドーナツ	青りんごゼリー	ショートケーキ	いちごゼリー				
夕	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 豚の角煮 &青梗菜の煮浸し なます	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 鶏肉のねぎ塩炒め たまごサラダ	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 赤魚のみりん焼き &きんぴらごぼう ブロッコリーのサラダ	御飯 【UP↑】夜の豚汁 ハルのあおさおろし煮 納豆				
エネルギー	1713kcal	1603kcal	1781kcal	1721kcal				
蛋白質	55.6g	64g	61.7g	77.1g				
食塩相当	6.6g	7.5g	6.8g	6.7g				

提供：日清医療食品株式会社

今月の栄養課おすすめメニュー

4月1日は夢眠さくらの開設8周年の記念日となっています!

皆様からのご要望が多い「まぐろ」を使ったごはんを提供しますので楽しみにしていただき、他にも新メニューが登場しますので、おすすめメニューとしてご紹介させていただきます。



- ・ 1日(火) 開設記念日~まぐろとねぎとろの御飯~
- ・ 2日(水) 春の鶏照り焼き御膳~桜タルタルソース~
- ・ 8日(火) 旬のおすすめ~たけのご御膳~
- ・ 10日(木) 洋風炊き込み御飯とキッシュのランチ
- ・ 16日(水) おでかけランチ~屋台~ソース焼きそば
- ・ 25日(金) 旅するランチ~神奈川~サンマ-メン
- ・ 28日(月) 2種おむすびのだし茶漬け定食
- ・ 30日(水) 旅するランチ~青森~バラ焼き

