

# 令和8年4月 花咲池田献立表

	4月5日(日)	4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)
<b>朝食</b>	はちみつパン ツナサラダ 牛乳 果物 	白粥 漬物 平天の旨煮 果物 味噌汁	食パン マーガリン かぶ洋風煮 コーヒー牛乳 ヨーグルト	白粥 漬物 絹あげ煮 果物 	食パン ジャム しろ菜とツナの炒め物 コーヒー牛乳 洋梨缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 えび団子煮物 果物	茶粥 漬物 小松菜のじゃこ和え 青りんごゼリー 
	エネルギー 455 たんぱく 16.4 脂質 18.1 炭水化物 54.4 カルシウム 266 食塩相当量 1.1	エネルギー 293 たんぱく 8.6 脂質 1.8 炭水化物 60.8 カルシウム 31 食塩相当量 2.3	エネルギー 451 たんぱく 12.6 脂質 17.1 炭水化物 58.8 カルシウム 211 食塩相当量 2.1	エネルギー 292 たんぱく 8.8 脂質 5.1 炭水化物 54.2 カルシウム 111 食塩相当量 0.9	エネルギー 431 たんぱく 14 脂質 10.7 炭水化物 68.1 カルシウム 267 食塩相当量 1.7	エネルギー 329 たんぱく 9 脂質 7.7 炭水化物 55.5 カルシウム 23 食塩相当量 1.6	エネルギー 280 たんぱく 6.2 脂質 0.9 炭水化物 62.8 カルシウム 111 食塩相当量 1.2
<b>昼食</b>	御飯 鱈の梅干し煮 添え(白ねぎ・人参) 豆腐のそぼろあんかけ 小松菜の和え物 味噌汁	御飯 酢豚 焼き餃子 もやしのドレ和え 中華スープ 	御飯 あじの南蛮漬け 白花豆煮 ほうれん草のゆず醤油和え 味噌汁 	御飯 鶏肉のもろみ焼き 添え(白葱・オクラ) 里芋のそぼろ煮 小松菜のマヨ和え 清汁 	おにぎり とんこつラーメン 蒸しシューマイ フルーツポンチ 	すき煮風丼 さつまいも煮 ブロッコリーの和え物 味噌汁 	御飯 肉味噌豆腐 れんこんの炒め物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 
	エネルギー 529 たんぱく 27.1 脂質 14.5 炭水化物 70.6 カルシウム 199 食塩相当量 2.8	エネルギー 701 たんぱく 17.3 脂質 29.5 炭水化物 89.9 カルシウム 63 食塩相当量 2.5	エネルギー 590 たんぱく 23.1 脂質 14.8 炭水化物 90.4 カルシウム 98 食塩相当量 2.9	エネルギー 711 たんぱく 29 脂質 29.4 炭水化物 79.2 カルシウム 135 食塩相当量 3	エネルギー 635 たんぱく 19.5 脂質 17.9 炭水化物 95.8 カルシウム 70 食塩相当量 4.7	エネルギー 532 たんぱく 21.5 脂質 9.2 炭水化物 94.8 カルシウム 181 食塩相当量 2.8	エネルギー 657 たんぱく 27.7 脂質 20.7 炭水化物 87.8 カルシウム 217 食塩相当量 3.3
<b>夕食</b>	御飯 かぼちゃグラタン アスパラソテー カリフラワーのドレ和え コンソメスープ 	御飯 マーマレードチキン 添え(キャベツ・トマト) いんげんソテー しろ菜のマヨ和え コンソメスープ	御飯 五目卵銀あんかけ さつま芋とねぎの煮物 ブロッコリーのドレ和え 味噌汁 	御飯 赤魚の煮付け 添え(いんげん・揚げなす) ちくわの金平 チンゲン菜の和えもの 味噌汁 	御飯 ハンバーグ 添え(グラッセ) イタリアンソテー ほうれん草のドレ和え コンソメスープ 	御飯 白身魚のバター醤油焼き 添え(オクラ) きのこソテー フレンチサラダ コーンスープ	御飯 焼き肉風炒め 冬瓜の水晶煮 きゅうりのドレ和え 中華スープ
	エネルギー 534 たんぱく 17.3 脂質 13.8 炭水化物 87.4 カルシウム 130 食塩相当量 2.5	エネルギー 642 たんぱく 24.8 脂質 27.6 炭水化物 75.6 カルシウム 137 食塩相当量 2.6	エネルギー 565 たんぱく 19.7 脂質 15.3 炭水化物 88.5 カルシウム 131 食塩相当量 3.2	エネルギー 510 たんぱく 21.2 脂質 12.2 炭水化物 77.5 カルシウム 136 食塩相当量 3.1	エネルギー 578 たんぱく 20.2 脂質 21.4 炭水化物 77.8 カルシウム 87 食塩相当量 2.9	エネルギー 566 たんぱく 22.3 脂質 17.7 炭水化物 79.8 カルシウム 105 食塩相当量 2.3	エネルギー 513 たんぱく 24 脂質 13.3 炭水化物 74.6 カルシウム 106 食塩相当量 2.8
<b>合計</b>	エネルギー 1518 たんぱく 60.8 脂質 46.4 炭水化物 212.4 カルシウム 595 食塩相当量 6.4	エネルギー 1636 たんぱく 50.7 脂質 58.9 炭水化物 226.3 カルシウム 231 食塩相当量 7.4	エネルギー 1606 たんぱく 55.4 脂質 47.2 炭水化物 237.7 カルシウム 440 食塩相当量 8.2	エネルギー 1513 たんぱく 59 脂質 46.7 炭水化物 210.9 カルシウム 382 食塩相当量 7	エネルギー 1644 たんぱく 53.7 脂質 50 炭水化物 241.7 カルシウム 424 食塩相当量 9.3	エネルギー 1427 たんぱく 52.8 脂質 34.6 炭水化物 230.1 カルシウム 309 食塩相当量 6.7	エネルギー 1450 たんぱく 57.9 脂質 34.9 炭水化物 225.2 カルシウム 434 食塩相当量 7.3

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

# 令和8年4月 花咲池田献立表

	4月12日(日)	4月13日(月)	4月14日(火)	4月15日(水)	4月16日(木)	4月17日(金)	4月18日(土)
<b>朝食</b>	ミニ抹茶ツイスト ウインナーサラダ 牛乳 果物	白粥 漬物 小松菜の炒め煮 果物 味噌汁	食パン  マーガリン アスパラソテー コーヒー牛乳 ヨーグルト	白粥 漬物 たまごとし 果物	食パン  ジャム コンソメ煮 コーヒー牛乳 黄桃缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 ちくわの甘辛炒め 果物	茶粥 漬物 大根菜のツナ煮 オレンジゼリー 
	エネルギー 433 たんぱく 13 脂質 19.9 炭水化物 49.6 カルシウム 259 食塩相当量 1.2	エネルギー 301 たんぱく 8.3 脂質 4.7 炭水化物 57 カルシウム 112 食塩相当量 2.2	エネルギー 475 たんぱく 13.1 脂質 20.1 炭水化物 57.9 カルシウム 205 食塩相当量 1.7	エネルギー 312 たんぱく 10.8 脂質 5.8 炭水化物 55.1 カルシウム 40 食塩相当量 1	エネルギー 436 たんぱく 12.7 脂質 10.6 炭水化物 70.4 カルシウム 205 食塩相当量 1.8	エネルギー 302 たんぱく 6.4 脂質 4.1 炭水化物 60.3 カルシウム 25 食塩相当量 1.1	エネルギー 270 たんぱく 7.2 脂質 5.4 炭水化物 48.6 カルシウム 114 食塩相当量 1.1
<b>昼食</b>	【お誕生日会】 赤飯 天ぷら盛り合わせ 添え(天つゆ) たけのことふきの煮物 茶碗蒸し 赤だし  果物	御飯 牛肉のトマト煮 マカロニソテー パンプキンサラダ コンソメスープ 	御飯 豚肉の生姜焼き 添え(キャベツ・トマト) 切干大根炒め煮 しろ菜のお浸し 味噌汁 	御飯 鶏肉の塩麴焼 添え(オクラ・しめじ) ひじき煮 白和え 味噌汁	おにぎり ナポリタンスパゲティ ツナサラダ コンソメスープ 	ポークカレーライス 漬物(福神漬) コールスローサラダ 果物 	御飯 さわらの山椒焼き 添え(ししとう) れんこんのそぼろ炒め 春菊のお浸し 味噌汁
	エネルギー 663 たんぱく 27.6 脂質 20.8 炭水化物 90.8 カルシウム 112 食塩相当量 5.2	エネルギー 641 たんぱく 22.9 脂質 21.1 炭水化物 90.5 カルシウム 82 食塩相当量 2.6	エネルギー 616 たんぱく 23.3 脂質 21.9 炭水化物 80.7 カルシウム 187 食塩相当量 2.7	エネルギー 612 たんぱく 26.1 脂質 21.3 炭水化物 79.5 カルシウム 163 食塩相当量 2.9	エネルギー 550 たんぱく 17.3 脂質 16.6 炭水化物 81.1 カルシウム 72 食塩相当量 2.1	エネルギー 666 たんぱく 21.3 脂質 25.4 炭水化物 90.2 カルシウム 85 食塩相当量 3.4	エネルギー 548 たんぱく 23 脂質 14.7 炭水化物 79.8 カルシウム 111 食塩相当量 2.7
<b>夕食</b>	御飯 さけのつけ焼き 添え(白ねぎ・オクラ) じゃが芋煮  カリフラワーとハムのドレ和え 味噌汁	御飯 鶏肉の照り焼き 添え(ピーマン・人参) 里芋煮 新玉葱のおかか和え 味噌汁 	御飯 カレイの野菜あんかけ なすの甘辛炒め ぜんまいのナムル  清汁	御飯 大和煮 こんにやくのピリ辛炒め 小松菜の辛子和え 清汁 	御飯 ほっけのつけ焼き 添え(白ねぎ・花れんこん) 厚揚げの煮物 カリフラワーのマヨ和え 味噌汁	御飯 海鮮たまご焼き 添え(つゆ) チンゲン菜の炒め物 ひじきのサラダ 清汁	御飯 チキンソテー 添え(いんげん) かぶの洋風煮 マカロニサラダ コンソメスープ
	エネルギー 531 たんぱく 22.3 脂質 14.4 炭水化物 80.5 カルシウム 66 食塩相当量 2.6	エネルギー 550 たんぱく 23.5 脂質 16.9 炭水化物 73.2 カルシウム 49 食塩相当量 2.7	エネルギー 511 たんぱく 19.9 脂質 16 炭水化物 70.7 カルシウム 96 食塩相当量 2.2	エネルギー 536 たんぱく 23.5 脂質 12.6 炭水化物 81 カルシウム 163 食塩相当量 2.8	エネルギー 542 たんぱく 24.7 脂質 17.9 炭水化物 71 カルシウム 186 食塩相当量 2.3	エネルギー 586 たんぱく 26.4 脂質 20.4 炭水化物 71.9 カルシウム 162 食塩相当量 3.1	エネルギー 680 たんぱく 25.5 脂質 27.7 炭水化物 81.1 カルシウム 70 食塩相当量 2.7
<b>合計</b>	エネルギー 1627 たんぱく 62.9 脂質 55.1 炭水化物 220.9 カルシウム 437 食塩相当量 9	エネルギー 1492 たんぱく 54.7 脂質 42.7 炭水化物 220.7 カルシウム 243 食塩相当量 7.5	エネルギー 1602 たんぱく 56.3 脂質 58 炭水化物 209.3 カルシウム 488 食塩相当量 6.6	エネルギー 1460 たんぱく 60.4 脂質 39.7 炭水化物 215.6 カルシウム 366 食塩相当量 6.7	エネルギー 1528 たんぱく 54.7 脂質 45.1 炭水化物 222.5 カルシウム 463 食塩相当量 6.2	エネルギー 1554 たんぱく 54.1 脂質 49.9 炭水化物 222.4 カルシウム 272 食塩相当量 7.6	エネルギー 1498 たんぱく 55.7 脂質 47.8 炭水化物 209.5 カルシウム 295 食塩相当量 6.5

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

# 令和8年4月 花咲池田献立表

	4月19日(日)	4月20日(月)	4月21日(火)	4月22日(水)	4月23日(木)	4月24日(金)	4月25日(土)
<b>朝食</b>	メロンパン イタリアンサラダ 牛乳 果物 	白粥 漬物 がんと煮 果物 味噌汁	食パン  マーガリン アスパラのドレ和え コーヒー牛乳 ヨーグルト	白粥 漬物 小松菜と竹輪の炒め煮 果物	食パン  ジャム いんげんソテー コーヒー牛乳 りんご缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 だし巻きたまご 果物 	茶粥 漬物 ちくわとかぶの煮物 いちごゼリー
	エネルギー 473 たんぱく 14.4 脂質 17.5 炭水化物 64.1 カルシウム 279 食塩相当量 1.3	エネルギー 348 たんぱく 11 脂質 8.3 炭水化物 56.8 カルシウム 39 食塩相当量 2.4	エネルギー 442 たんぱく 12.2 脂質 17.4 炭水化物 57.7 カルシウム 207 食塩相当量 1.5	エネルギー 282 たんぱく 6.1 脂質 3.9 炭水化物 57.2 カルシウム 102 食塩相当量 1.1	エネルギー 427 たんぱく 12.6 脂質 10.5 炭水化物 69.2 カルシウム 221 食塩相当量 1.5	エネルギー 288 たんぱく 10.4 脂質 6 炭水化物 48.7 カルシウム 37 食塩相当量 1.1	エネルギー 240 たんぱく 4.8 脂質 0.8 炭水化物 53.1 カルシウム 23 食塩相当量 1.4
<b>昼食</b>	【洋食の日】 パン(3種盛り) 海鮮シチュー コーンサラダ 果物 	御飯 肉団子の甘酢煮 春巻き ハムサラダ 中華スープ 	御飯 豚肉の塩麴炒め とうがん煮 しろ菜のツナ和え 味噌汁	【お弁当の日】 ゆかりごはん 漬物 さばの塩焼き <small>添え(だし巻きたまご・金時豆煮)</small> クリームコロッケ・しゅうまい 煮合わせ ほうれん草のごま和え 赤だし  果物	おにぎり カレーうどん かぼちゃ煮 ブロッコリーのドレ和え 	焼き鳥丼 小松菜炒め煮 里芋の梅和え 清汁 	御飯 豚肉と根菜の炒め煮 茄子の揚げ浸し いんげんの和え物 味噌汁 
	エネルギー 539 たんぱく 17.4 脂質 22.9 炭水化物 70.1 カルシウム 133 食塩相当量 4.3	エネルギー 652 たんぱく 17.1 脂質 24.9 炭水化物 89.7 カルシウム 82 食塩相当量 3.6	エネルギー 554 たんぱく 23.1 脂質 19.6 炭水化物 70.7 カルシウム 133 食塩相当量 2.4	エネルギー 823 たんぱく 34.9 脂質 33.8 炭水化物 98.6 カルシウム 204 食塩相当量 4.6	エネルギー 551 たんぱく 18 脂質 12.5 炭水化物 91.6 カルシウム 74 食塩相当量 3.2	エネルギー 607 たんぱく 25.2 脂質 21 炭水化物 75.9 カルシウム 98 食塩相当量 3.2	エネルギー 609 たんぱく 19.6 脂質 23.2 炭水化物 79.1 カルシウム 78 食塩相当量 2.8
<b>夕食</b>	御飯 めばるの煮付け 添え(さといも・人参) 炒り豆腐 きゅうりの酢の物 味噌汁	御飯 ぶりの照り焼き 添え(オクラ) 小松菜とエビの炒めもの ブロッコリーの和え物 味噌汁 	御飯 肉じゃが なすの香味炒め きゅうりのドレ和え 清汁 	御飯 鶏肉とかぶの煮物 ふきの金平 菜の花のわさび和え 味噌汁	御飯 豚肉と水菜のはりはり煮 れんこんの華風煮 酢みそ和え 清汁	御飯 太刀魚の煮付け 添え(ふき・人参) しろ菜のそぼろ炒め アスパラのドレ和え 豚汁 	御飯 チンジャオロース 焼き餃子 春雨のマヨ和え 中華スープ 
	エネルギー 492 たんぱく 25 脂質 10.9 炭水化物 72.8 カルシウム 182 食塩相当量 2.7	エネルギー 556 たんぱく 25.8 脂質 19.5 炭水化物 68.2 カルシウム 171 食塩相当量 2.2	エネルギー 675 たんぱく 25 脂質 22.7 炭水化物 91.9 カルシウム 95 食塩相当量 2.5	エネルギー 539 たんぱく 26.3 脂質 16.3 炭水化物 71.8 カルシウム 217 食塩相当量 2.9	エネルギー 527 たんぱく 19.8 脂質 13.7 炭水化物 80.5 カルシウム 181 食塩相当量 2.9	エネルギー 623 たんぱく 27.8 脂質 24.7 炭水化物 70.5 カルシウム 116 食塩相当量 2.5	エネルギー 658 たんぱく 22.2 脂質 24.1 炭水化物 86.9 カルシウム 63 食塩相当量 2.7
<b>合計</b>	エネルギー 1504 たんぱく 56.8 脂質 51.3 炭水化物 207 カルシウム 594 食塩相当量 8.3	エネルギー 1556 たんぱく 53.9 脂質 52.7 炭水化物 214.7 カルシウム 292 食塩相当量 8.2	エネルギー 1671 たんぱく 60.3 脂質 59.7 炭水化物 220.3 カルシウム 435 食塩相当量 6.4	エネルギー 1644 たんぱく 67.3 脂質 54 炭水化物 227.6 カルシウム 523 食塩相当量 8.6	エネルギー 1505 たんぱく 50.4 脂質 36.7 炭水化物 241.3 カルシウム 476 食塩相当量 7.6	エネルギー 1518 たんぱく 63.4 脂質 51.7 炭水化物 195.1 カルシウム 251 食塩相当量 6.8	エネルギー 1507 たんぱく 46.6 脂質 48.1 炭水化物 219.1 カルシウム 164 食塩相当量 6.9

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

# 令和8年4月 花咲池田献立表

	4月26日(日)	4月27日(月)	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)	5月1日(金)	5月2日(土)
<b>朝食</b>	ミニ山シュガー ウインナーのスープ煮 牛乳 果物	白粥 漬物 いんげんのごま和え 果物 味噌汁 	食パン マーガリン ブロッコリーのサラダ コーヒー牛乳 ヨーグルト	白粥 漬物 しろ菜の炒め煮 果物	食パン  ジャム 冬瓜のスープ煮 コーヒー牛乳 みかん缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 ブロッコリーの炒め物 果物 	茶粥 漬物 いか団子の旨煮 青りんごゼリー 
	エネルギー 479 タンパク 15.6 脂質 17.7 炭水化物 63.5 カルシウム 273 食塩相当量 1.5	エネルギー 255 タンパク 6.4 脂質 1.8 炭水化物 55 カルシウム 85 食塩相当量 2	エネルギー 456 タンパク 12.4 脂質 18.1 炭水化物 59.1 カルシウム 213 食塩相当量 1.5	エネルギー 282 タンパク 6 脂質 5 炭水化物 54.9 カルシウム 72 食塩相当量 0.7	エネルギー 403 タンパク 11.5 脂質 8.4 炭水化物 68.4 カルシウム 213 食塩相当量 1.6	エネルギー 270 タンパク 6.1 脂質 5 炭水化物 51.6 カルシウム 26 食塩相当量 0.7	エネルギー 354 タンパク 11.3 脂質 4.3 炭水化物 67.7 カルシウム 66 食塩相当量 1.6
<b>昼食</b>	御飯 ほっけの塩焼き 添え(ししとう・しめじ) 厚揚げ煮 ほうれん草の和え物 味噌汁	御飯 麻婆豆腐 春巻 大根菜のドレ和え 中華スープ 	御飯 きのこのキッシュ ズッキーニのソテー スパゲティサラダ コンソメスープ	御飯 鮭のねぎ醤油焼き 添え(いんげん・レモン) 枝豆がんも煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 	おにぎり たぬきそば ちくわ磯辺揚げ 春菊の胡麻和え 	チキンカレーライス 添え(福神漬) コールスローサラダ 果物 	御飯 牛肉のしぐれ煮 たけのこのおかか炒め ぬた和え 清汁 
	エネルギー 459 タンパク 22.8 脂質 10.6 炭水化物 68 カルシウム 171 食塩相当量 2.4	エネルギー 688 タンパク 26.7 脂質 26.5 炭水化物 84.1 カルシウム 343 食塩相当量 2.8	エネルギー 682 タンパク 24.2 脂質 32 炭水化物 73.8 カルシウム 198 食塩相当量 3.5	エネルギー 548 タンパク 24.6 脂質 18.2 炭水化物 70 カルシウム 83 食塩相当量 2.8	エネルギー 583 タンパク 20.1 脂質 13.3 炭水化物 97.4 カルシウム 124 食塩相当量 3	エネルギー 628 タンパク 20 脂質 20.9 炭水化物 91.1 カルシウム 90 食塩相当量 3.5	エネルギー 500 タンパク 21.8 脂質 8.4 炭水化物 84.4 カルシウム 84 食塩相当量 2.1
<b>夕食</b>	御飯 煮込みハンバーグ 添え(じゃがいも・人参) チンゲン菜ソテー ツナサラダ コンソメスープ 	御飯 牛肉のおろし煮 れんこん金平 きゅうりの昆布和え 味噌汁	御飯 豚肉の味噌炒め かぶのあんかけ 白菜の柚香和え 清汁 	御飯 鶏肉の照り焼き 添え(キャベツ・トマト) 揚げなすの煮浸し 小松菜の和え物 味噌汁	御飯 八宝菜 蒸しニラ饅頭 もやしの中華和え 中華スープ 	御飯 たらのムニエル 添え(グラッセ) さつま芋のレモン煮 アスパラサラダ 味噌汁 	御飯 スパニッシュオムレツ 添え(ズッキーニ) ほうれん草のソテー ツナサラダ コンソメスープ
	エネルギー 629 タンパク 23.2 脂質 25.3 炭水化物 78.6 カルシウム 98 食塩相当量 3	エネルギー 549 タンパク 22.6 脂質 11.8 炭水化物 87.6 カルシウム 93 食塩相当量 2.6	エネルギー 564 タンパク 22.2 脂質 18.1 炭水化物 75.5 カルシウム 100 食塩相当量 2.9	エネルギー 617 タンパク 24 脂質 24.9 炭水化物 72.4 カルシウム 145 食塩相当量 2.6	エネルギー 586 タンパク 25.9 脂質 19.2 炭水化物 76.2 カルシウム 96 食塩相当量 2.9	エネルギー 615 タンパク 21.6 脂質 19.2 炭水化物 90.8 カルシウム 97 食塩相当量 2.9	エネルギー 655 タンパク 26.1 脂質 29.4 炭水化物 70.1 カルシウム 98 食塩相当量 2.8
<b>合計</b>	エネルギー 1567 タンパク 61.6 脂質 53.6 炭水化物 210.1 カルシウム 542 食塩相当量 6.9	エネルギー 1492 タンパク 55.7 脂質 40.1 炭水化物 226.7 カルシウム 521 食塩相当量 7.4	エネルギー 1702 タンパク 58.8 脂質 68.2 炭水化物 208.4 カルシウム 511 食塩相当量 7.9	エネルギー 1447 タンパク 54.6 脂質 48.1 炭水化物 197.3 カルシウム 300 食塩相当量 6.1	エネルギー 1572 タンパク 57.5 脂質 40.9 炭水化物 242 カルシウム 433 食塩相当量 7.5	エネルギー 1513 タンパク 47.7 脂質 45.1 炭水化物 233.5 カルシウム 213 食塩相当量 7.1	エネルギー 1509 タンパク 59.2 脂質 42.1 炭水化物 222.2 カルシウム 248 食塩相当量 6.5

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。