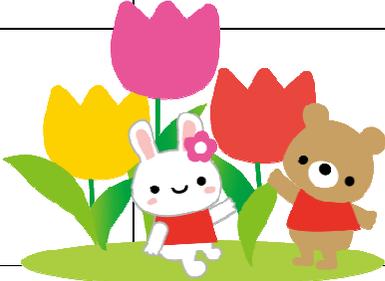


4月 伊丹ケアハートガーデン 週間メニュー表

		日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3	4
朝食	パン食				クリームエスカルゴ ミートボール フルーツ 飲み物	食パン ウインナーソテー フルーツ 飲み物	ロールパン キャベツと玉子のソテー フルーツ 飲み物	黒糖食パン ポトフ フルーツ 飲み物
	ご飯食				I774 - 384kcal 食塩 1.4g	I774 - 452kcal 食塩 1.4g	I774 - 513kcal 食塩 1.7g	I774 - 463kcal 食塩 2.3g
	ごはん 鯖の塩焼き 味噌汁 フルーツ 飲み物				ごはん ウインナーソテー 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん キャベツと玉子のソテー 味噌汁 フルーツ 飲み物	玉子雑炊 味噌汁 フルーツ 飲み物	I774 - 480kcal 食塩 1.4g
昼食					桜ちらし寿司 玉子豆腐 若竹煮 赤だし	ごはん 鶏肉の山椒焼き 金平ごぼう 春雨酢 味噌汁	キーマカレー ★野菜サラダ フルーツヨーグルト	ごはん 鶏肉のから揚げ 炊き合わせ 胡麻和え 味噌汁
					I774 - 519kcal 食塩 4.8g	I774 - 570kcal 食塩 3.6g	I774 - 617kcal 食塩 3.1g	I774 - 481kcal 食塩 3.1g
夕食								
					ごはん 豚肉の味噌炒め 冷奴 チンゲン菜の煮浸し 清汁	ごはん カツとじ 大根のピリ辛炒り煮 ちんげん菜のわさび和え 味噌汁	ごはん 鯖の漬け焼き 切干大根煮 白菜の塩昆布和え 清汁	ごはん 豚じゃが 高野の玉子とじ ブロッコリーのボン酢和え 味噌汁
3時					コーヒーゼリー	ブッセ(チョコ)	オレンジゼリー	抹茶まんじゅう
					I774 - 83kcal 食塩 0g	I774 - 98kcal 食塩 0g	I774 - 57kcal 食塩 0g	I774 - 81kcal 食塩 0g
パン食合計					I774 - 1464kcal 食塩 9.3g	I774 - 1629kcal 食塩 8.7g	I774 - 1598kcal 食塩 6.9g	I774 - 1572kcal 食塩 8.9g
ご飯食合計					I774 - 1560kcal 食塩 9.3g	I774 - 1694kcal 食塩 12.4g	I774 - 1619kcal 食塩 7.2g	I774 - 1511kcal 食塩 8.5g

⇒朝食メニュー パン食・ご飯食交互の選択の方の色です。

*都合により、献立を変更することがございます。



4月 伊丹ケアハートガーデン 週間メニュー表



		日	月	火	水	木	金	土
		5	6	7	8	9	10	11
朝食	パン食	食パン 野菜とウインナーのソテー フルーツ 飲み物	レーズンパン ウインナーソテー フルーツ 飲み物	山型パン ミートボール フルーツ 飲み物	黒糖パン 小松菜ツナソテー フルーツ 飲み物	食パン オムレツ フルーツ 飲み物	クリームエスカルゴ ウインナーソテー フルーツ 飲み物	ロールパン 野菜とえびのコンソメ煮 フルーツ 飲み物
	1)飯食	ごはん 野菜とウインナーのソテー 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん 豆腐の生姜あんかけ 味噌汁 フルーツ 飲み物	カニ風味雑炊 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん 小松菜のツナ和え 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん 出し巻き玉子 清汁 フルーツ 飲み物	ごはん ウインナーソテー 味噌汁 フルーツ 飲み物	鮭雑炊 味噌汁 フルーツ 飲み物
		137kcal 食塩 1.7g	137kcal 食塩 1.5g	137kcal 食塩 1.9g	137kcal 食塩 1.8g	137kcal 食塩 1.8g	137kcal 食塩 1.2g	137kcal 食塩 1.9g
		137kcal 食塩 2g	137kcal 食塩 1.7g	137kcal 食塩 2.2g	137kcal 食塩 1.6g	137kcal 食塩 1.4g	137kcal 食塩 1.9g	137kcal 食塩 2.4g
昼食		中華おこわ 味噌ラーメン シューマイ ピリ辛もやし	ごはん 白身魚の茸あんかけ きゅうりの酢の物 玉子豆腐 味噌汁	ごはん 春キャベツの回鍋肉 肉団子 ナムル スープ	ごはん チキンソテー・デミソース コールスローサラダ 和風スパソテー スープ	湯葉あんかけ丼 なめたけ奴 金平ごぼう 赤だし	ゆかりごはん ★焼きそば ほうれん草の胡麻和え ★具たくさん汁 ゼリー	ごはん コロッケ 小松菜のおかか煮 マカロニサラダ ポタージュスープ
		137kcal 食塩 4.8g	137kcal 食塩 3g	137kcal 食塩 3.3g	137kcal 食塩 3.2g	137kcal 食塩 4.1g	137kcal 食塩 4g	137kcal 食塩 3.4g
夕食		ごはん 鶏の胡麻味噌焼き ひじき煮 梅肉和え 清汁	ごはん ゆで豚のおろしポン酢 厚揚げの香味ソース 白菜の海苔和え 味噌汁	ごはん サワラの煮付け 冬瓜の枝豆あんかけ 酢味噌和え かきたま汁	ごはん 松風焼 じゃが芋の煮物 ほうれん草のおかか和え 清汁	ごはん カレイの煮付け 高野豆腐の含め煮 海草サラダ 味噌汁	ごはん 鶏と野菜の煮物 白菜の煮浸し おろし和え 味噌汁	ごはん 麻婆豆腐 肉団子 春雨酢 スープ
		137kcal 食塩 3.9g	137kcal 食塩 3.2g	137kcal 食塩 2.9g	137kcal 食塩 2.9g	137kcal 食塩 3.9g	137kcal 食塩 2.7g	137kcal 食塩 4.2g
3時		もみじまんじゅう	たい焼きクリーム	しっとりまんじゅう(黒糖)	ピーチゼリー	どらやき(抹茶)	バームクーヘン	プリン
		137kcal 食塩 0.1g	137kcal 食塩 0.1g	137kcal 食塩 0.2g	137kcal 食塩 0g	137kcal 食塩 0.1g	137kcal 食塩 0.1g	137kcal 食塩 0.3g
パン食合計		137kcal 食塩 10.5g	137kcal 食塩 7.8g	137kcal 食塩 8.3g	137kcal 食塩 7.9g	137kcal 食塩 9.9g	137kcal 食塩 8g	137kcal 食塩 9.8g
ご飯食合計		137kcal 食塩 10.8g	137kcal 食塩 8g	137kcal 食塩 8.6g	137kcal 食塩 7.7g	137kcal 食塩 9.5g	137kcal 食塩 8.7g	137kcal 食塩 10.3g

⇒朝食メニュー パン食・ご飯食交互の選択の方の色です。

*都合により、献立を変更することがございます。

4月 伊丹ケアハートガーデン 週間メニュー表

		日	月	火	水	木	金	土
		12	13	14	15	16	17	18
朝食	パン食	レーズンパン ホウレン草のスクランブルエッグ フルーツ 飲み物	食パン 野菜とウインナーのソテー フルーツ(パイナップル) 飲み物	山型パン ミートボール フルーツ(黄桃) 飲み物	ロールパン ポトフ フルーツ 飲み物	食パン 野菜入りスクランブルエッグ フルーツ 飲み物	クリームエスカルゴ 南瓜のソテー フルーツ 飲み物	黒糖パン 野菜とえびのコンソメ煮 フルーツ 飲み物
	1) 飯食	ごはん ホウレン草のスクランブルエッグ 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん 野菜とウインナーのソテー 味噌汁 フルーツ 飲み物	きのご雑炊 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん 出し巻き玉子 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん 野菜入りスクランブルエッグ 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん 鮭の塩焼き 味噌汁 フルーツ 飲み物	カニ風味雑炊 味噌汁 フルーツ 飲み物
		134kcal 食塩 1.7g	134kcal 食塩 1.9g	134kcal 食塩 2.1g	134kcal 食塩 2.2g	134kcal 食塩 1.7g	134kcal 食塩 1.2g	134kcal 食塩 1.8g
昼食	ごはん	ごはん チキン南蛮 厚揚げの生姜煮 菜の花のおかか和え 味噌汁	ごはん キャパ ツミツカツ ごぼうのしぐれ煮 白菜の梅肉和え 赤だし	ごはん 照焼豆腐ハンバーグ じゃが芋の金平 ほうれん草の湯葉和え 味噌汁	ごはん 鶏のカレースープ煮 大豆サラダ 小松菜の辛子和え 清汁	ごはん 豚肉の味噌炒め ブロッコリーのツナサラダ 若竹煮 清汁	ごはん タラのパン粉焼き 南瓜煮 ★新玉ねぎのスライスサラダ 味噌汁	ふりかけごはん ★お好み焼き 切り干し煮 ボン酢和え 味噌汁
	夕食	ごはん 鯖の塩焼き ひじき炒り豆腐 大根サラダ 清汁	ごはん 豚肉の生姜焼き もずく酢 煮っころがし スープ	ごはん 鯖のムニエル 炊き合わせ さつま芋サラダ かきたま汁	ごはん ★肉じゃが 豆腐のあんかけ 春雨酢 味噌汁	ごはん ぶりの照り焼き ひじき煮 切干大根のなます 赤だし	ごはん 鶏のレモン醤油焼き 豆腐の肉味噌あんかけ 白菜の塩昆布和え 清汁	ごはん 鯖の西京味噌焼き 大根のピリ辛炒り煮 梅肉和え 清汁
		134kcal 食塩 3.3g	134kcal 食塩 3g	134kcal 食塩 2.9g	134kcal 食塩 5.2g	134kcal 食塩 2.9g	134kcal 食塩 3.1g	134kcal 食塩 4.6g
		134kcal 食塩 2.9g	134kcal 食塩 2.9g	134kcal 食塩 2.6g	134kcal 食塩 3.5g	134kcal 食塩 2.7g	134kcal 食塩 2.8g	134kcal 食塩 2.5g
3時	いちごゼリー	しっとりまんじゅう(吹雪)	コーヒーゼリー	レモンケーキ	抹茶	人形焼き	チョコババロア	
		134kcal 食塩 0.1g	134kcal 食塩 0g	134kcal 食塩 0g	134kcal 食塩 0.1g	134kcal 食塩 0.1g	134kcal 食塩 0.2g	
パン食合計		134kcal 食塩 8g	134kcal 食塩 7.8g	134kcal 食塩 7.6g	134kcal 食塩 11g	134kcal 食塩 7.4g	134kcal 食塩 9.1g	
ご飯食合計		134kcal 食塩 8.4g	134kcal 食塩 8g	134kcal 食塩 7.2g	134kcal 食塩 10.5g	134kcal 食塩 7.6g	134kcal 食塩 9.4g	

⇒朝食メニュー パン食・ご飯食交互の選択の方の色です。

*都合により、献立を変更することがございます。

4月 伊丹ケアハートガーデン 週間メニュー表

		日	月	火	水	木	金	土
		19	20	21	22	23	24	25
朝食	パン食	山型パン ウインナーと野菜のソテー フルーツ 飲み物	食パン ホウレン草のスクランブルエッグ フルーツ 飲み物	黒糖パン 鶏と野菜の洋風煮 フルーツ 飲み物	レーズンパン ミートボール フルーツ 飲み物	クリームエスカルゴ ウインナーソテー フルーツ 飲み物	食パン キャベツと玉子のソテー フルーツ 飲み物	山型パン ポトフ フルーツ 飲み物
	1)飯食	ごはん 里芋の煮物 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん ホウレン草のスクランブルエッグ 味噌汁 フルーツ 飲み物	あおさ雑炊 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん 鯖の塩焼き 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん ウインナーソテー 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん キャベツと玉子のソテー 味噌汁 フルーツ 飲み物	鮭雑炊 味噌汁 フルーツ 飲み物
		1364kcal 食塩 1.7g	1364kcal 食塩 1.9g	1364kcal 食塩 1.4g	1364kcal 食塩 1.7g	1364kcal 食塩 1.2g	1364kcal 食塩 2g	1364kcal 食塩 2.1g
昼食	中華丼 もやしナムル シューマイ 玉子スープ	ごはん 豚肉のポン酢炒め 金平レンコン カリフラワーの酢味噌和え かきたま汁	ごはん さばの竜田揚げ ポテトサラダ チンゲン菜の煮浸し 味噌汁	桜海老の混ぜごはん 山菜おろしそば 野菜の天ぷら フルーツ	ごはん 鶏の照り焼き 炊き合わせ 大根の梅肉和え 赤だし	ごはん 魚の菜種焼き キャベツのさっと煮 菜の花のお浸し 味噌汁	ごはん チキンカツ 炒り豆腐 マカロニサラダ 味噌汁	
		1364kcal 食塩 3.2g	1364kcal 食塩 3.1g	1364kcal 食塩 2.8g	1364kcal 食塩 5.3g	1364kcal 食塩 3.1g	1364kcal 食塩 3.9g	1364kcal 食塩 3.1g
夕食	ごはん チキンソテーおろしソース ピーマンの炒め物 大根サラダ 味噌汁	ごはん 鱈の揚げ煮 南瓜のいとこ煮 春雨サラダ 味噌汁	ごはん 鶏団子と白菜の煮物 玉子豆腐 小松菜のおかか和え 味噌汁	ごはん 豚肉の柳川煮 白菜のポン酢和え ビーフンソテー 味噌汁	ごはん カレイの香味ソース 里芋のそぼろ煮 白菜のお浸し 味噌汁	麻婆丼 冬瓜の湯葉あんかけ インゲンのごま和え スープ	ごはん 鱈の粕漬け焼き 茄子の焼き浸し 白菜のポン酢和え 清汁	
		1364kcal 食塩 4g	1364kcal 食塩 4g	1364kcal 食塩 3.4g	1364kcal 食塩 3.4g	1364kcal 食塩 3.2g	1364kcal 食塩 3.9g	1364kcal 食塩 2.7g
3時	しっとりまんじゅう(黒糖)	フルーチェ	どら焼き(カスタード)	ヨーグルトババロア	バームクーヘン(チョコ)	ドームケーキ(こしあん)	オレンジゼリー	
		1364kcal 食塩 0.2g	1364kcal 食塩 0.1g	1364kcal 食塩 0.1g	1364kcal 食塩 0.1g	1364kcal 食塩 0.1g	1364kcal 食塩 0.2g	1364kcal 食塩 0.1g
パン食合計		1364kcal 食塩 9.1g	1364kcal 食塩 9.1g	1364kcal 食塩 7.7g	1364kcal 食塩 10.5g	1364kcal 食塩 7.6g	1364kcal 食塩 10g	1364kcal 食塩 8g
ご飯食合計		1364kcal 食塩 9.2g	1364kcal 食塩 9.4g	1364kcal 食塩 8.3g	1364kcal 食塩 10.4g	1364kcal 食塩 8.3g	1364kcal 食塩 10.2g	1364kcal 食塩 8.3g

⇒朝食メニュー パン食・ご飯食交互の選択の方の色です。

*都合により、献立を変更することがございます。



4月 伊丹ケアハートガーデン 週間メニュー表



		日	月	火	水	木	金	土
		26	27	28	29	30		
朝食	パン食	黒糖パン 野菜とウィンナーのソテー フルーツ 飲み物	レーズンパン ウィンナーソテー フルーツ 飲み物	山型パン ミートボール フルーツ 飲み物	食パン ベーコンスクランブルエッグ フルーツ 飲み物	クリームエスカルゴ オムレツ フルーツ 飲み物		
	1人飯食	ごはん 豆腐の生姜あんかけ 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん ウィンナーソテー 味噌汁 フルーツ 飲み物	カニ風味雑炊 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん 鯖の塩焼き 味噌汁 フルーツ 飲み物	ごはん 出し巻き玉子 味噌汁 フルーツ 飲み物		
昼食		木の葉丼 こんにゃくの炒り煮 青菜のおかか和え 味噌汁	ごはん 豚肉のロールフライ おろし和え 筍の煮物 赤だし	ごはん 蒸し鶏のネギ香味たれ 五目大豆煮 小松菜の辛子和え 味噌汁	～昭和の日・なつかしメニュー～ イエローロールパン スパゲティナポリタン 花野菜サラダ コーンコロケ オニオンスープ	筍ご飯 さわらの照り焼き 白菜の柚子和え 南瓜の煮物 赤だし		
		ごはん チキンピカタ 南瓜煮 なめたけ奴 味噌汁	ごはん たらのちゃんちゃん焼き きんぴらポテト ほうれん草の胡麻和え かきたま汁	ごはん 鱈の南蛮漬け ひじき煮 ポテトサラダ 味噌汁	ごはん 豆腐の肉みそあん 茄子の揚げ浸し 春雨酢 清汁	ごはん タンドリーチキン 小松菜としめじの炒め物 青菜の錦糸和え 味噌汁		
3時		ブッセ(バナナ)	しっとりまんじゅう	ババロア	コーヒーゼリー	バターケーキ		
パン食合計		1364kcal 食塩 9.5g	1364kcal 食塩 6.6g	1364kcal 食塩 7.8g	1364kcal 食塩 8.4g	1364kcal 食塩 8.9g		
ご飯食合計		1364kcal 食塩 9.3g	1364kcal 食塩 7g	1364kcal 食塩 7.8g	1364kcal 食塩 8g	1364kcal 食塩 8.7g		

⇒朝食メニュー パン食・ご飯食交互の選択の方の色です。

*都合により、献立を変更することがございます。