

2025年4月



山水園 献立表



| | 4月1日(火) | 4月2日(水) | 4月3日(木) | 4月4日(金) | 4月5日(土) | 4月6日(日) | 4月7日(月) |
|------------|---|---|--|---|--|---|--|
| 朝食 | 食パン ポトフ風 大根サラダ カルシウム牛乳 | 御飯／しそふりかけ さつま揚げの甘辛煮 小松菜のおかか和え みそ汁（さつま芋・葱） カルシウム牛乳 | 御飯 ミートボール ほうれん草のごま和え みそ汁（もやし・かぶの葉） カルシウム牛乳 | 御飯 野菜炒め ブロッコリーとツナのサラダ みそ汁（玉葱・なめこ） カルシウム牛乳 | 御飯 納豆 インゲンとさつま揚げの炒り煮 味噌汁（じゃが芋・みつば） カルシウム牛乳 | 御飯 お魚豆腐の煮物 春菊のごま和え 味噌汁（水菜・もやし） カルシウム牛乳 | 御飯 がんもの煮物 青梗菜のお浸し 味噌汁（玉葱・うずまき麩） カルシウム牛乳 |
| 昼食 | 御飯 白身魚の和風ムニエル 菜の花の辛し和え 味噌汁（冬瓜・椎茸） フルーツ缶（パイナップル） | 御飯 さばの味噌煮 れんこんきんぴら お吸い物（素麺・貝割れ） フルーツ缶（りんご） | 御飯 ポークカレー 香の物（福神漬・らっきょう） フレンチサラダ フルーツ（バナナ） | 御飯 鮭のちゃんちゃん焼き 小松菜ともやしの和え物 味噌汁（キャベツ・油揚げ） フルーツ缶（マンゴー） | わかめそば 大学いも フルーツ缶（白桃） | ピース御飯 ぶりの照り焼き 菜の花のお浸し 味噌汁（しめじ・ほうれん草） フルーツ（オレンジ） | 御飯 さばの味噌煮 れんこんきんぴら お吸い物（素麺・豆苗） フルーツ缶（洋梨） |
| おやつ | 黒糖まんじゅう | ドームケーキ | 練り切り | カスタードケーキ | レモンケーキ | たい焼き | 酒まんじゅう |
| 夕食 | 御飯 豚肉のゆずしょうゆ炒め 焼きちくわの甘辛煮 みそ汁（オクラ・えのき） | 御飯 クリームコロッケ ベーコンとほうれん草のソテー コンソメスープ（レタス・コーン） | 麦ご飯 メンチカツ 玉葱とささみのサラダ みそ汁（卵・三つ葉） | 御飯 豚肉のにんにく醤油炒め きゅうりの酢の物 味噌汁（ほうれん草・えのき） | 御飯 松風焼き 里芋の煮物 お吸い物（はんぺん・貝割れ） | 御飯 干草焼き 冬瓜の土佐煮 みそ汁（かぶ葉・白菜） | 御飯 鶏肉の漬け焼き じゃが芋の含め煮 味噌汁（おつゆ麩・葱） |

山水園

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



| | 4月8日(火) | 4月9日(水) | 4月10日(木) | 4月11日(金) | 4月12日(土) | 4月13日(日) | 4月14日(月) |
|------------|--|---|---|--|--|---|---|
| 朝食 | 御飯 スクランブルエッグ しろ菜のなめたけ和え みそ汁(里芋・絹さや) カルシウム牛乳 | 御飯 高野豆腐と里芋の含め煮 ほうれん草とかまぼこの和え物 みそ汁(さつま芋・かぶ葉) カルシウム牛乳 | 御飯 厚焼き玉子 いんげんのピーナッツ和え みそ汁(うずまき麩・貝割れ) カルシウム牛乳 | 御飯 じゃが芋のそぼろ炒め 春菊の和え物 みそ汁(もやし・かぶの葉) カルシウム牛乳 | 御飯 がんもと冬瓜の煮物 なすの和風ドレッシング和え みそ汁(えのき・水菜) カルシウム牛乳 | 御飯 いわしの蒲焼き 大根のごま醤油和え みそ汁(南瓜、しめじ) カルシウム牛乳 | 御飯 チキンとピーマンの炒め煮 オクラのお浸し みそ汁(うずまき麩・葱) カルシウム牛乳 |
| 昼食 | 御飯 揚げ豆腐の野菜あんかけ もやしの生姜醤油和え みそ汁(キャベツ・油揚げ) フルーツ缶(リンゴ) 今川焼き | 御飯 鶏肉の竜田揚げ 和風サラダ みそ汁(青梗菜・豆腐) フルーツ缶(黄桃) パインゼリー | 御飯 白身魚のトマトソースかけ さつま芋サラダ コンソメスープ(レタス・コーン) フルーツ缶(リンゴ) 黒糖蒸しパン | 親子丼 もずく酢 みそ汁(青菜・若布) フルーツ缶(マンゴー) いちごのロールケーキ | 御飯 とんかつ 大根サラダ お吸物(野菜つみれ、葱) フルーツ(オレンジ) 味噌まんじゅう | 御飯 さばの塩焼き かぶときゅうりの浅漬け みそ汁(うまい菜・椎茸) フルーツ缶(カクテル) おせんべい | 御飯 豚肉のオイスター炒め しろ菜のナムル 中華スープ(春雨・にら) フルーツ(バナナ) チョコクレープ |
| おやつ | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 |
| 夕食 | 回鍋肉 春雨サラダ 中華スープ(もやし・水菜) 1762 | カレーのおろし煮 なすのみそ炒め すまし汁(小花麩・菜の花) 1523 | 鶏肉の塩麴焼き キャベツのコールスローサラダ みそ汁(玉葱・椎茸) 1654 | さばの煮付け 小松菜の炒め物 みそ汁(おつゆ麩・大根葉) 1549 | 豆腐ハンバーグ 白菜のゆかり和え みそ汁(しめじ・若布) 1654 | 和風卵焼き いんげんのそぼろ炒め みそ汁(もやし、かぶの葉) 1549 | 蒸し鶏のしそマヨネーズかけ マカロニのケチャップソテー コンソメスープ(畑菜・コーン) 1646 |

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



| | 4月15日(火) | 4月16日(水) | 4月17日(木) | 4月18日(金) | 4月19日(土) | 4月20日(日) | 4月21日(月) |
|------------|---|--|--|---|---|---|---|
| 朝食 | 御飯 炒り豆腐 いんげんのごま醤油和え みそ汁(若布・長葱) カルシウム牛乳 | 御飯/卵ふりかけ さつま揚げと白菜の治部煮 きゅうりとワカメの和え物 みそ汁(キャベツ・大根葉) カルシウム牛乳 | 御飯 野菜炒め 温泉卵 みそ汁(小松菜・うずまき麩) カルシウム牛乳 | 御飯 納豆 チンゲン菜炒め みそ汁(里芋・絹さや) カルシウム牛乳 | 御飯 大根と鶏肉の煮物 ポテトサラダ みそ汁(玉葱・しめじ) カルシウム牛乳 | 御飯 青梗菜と厚揚げの炒め物 しらすと青菜の生姜和え みそ汁(冬瓜・豆苗) カルシウム牛乳 | 御飯 高野豆腐と里芋の含め煮 ほうれん草とかまぼこの和え物 みそ汁(さつま芋・かぶ葉) カルシウム牛乳 |
| 昼食 | 御飯 チキンカレー 春キャベツのサラダ 香の物(福神漬・らっきょう) フルーツ缶(りんご) | 御飯 さわらの香味焼き ふきと筍の煮物 お吸物(素麺・水菜) フルーツ缶(みかん) | ロールパン2種 かぶのクリーム煮 いんげんのピーナッツ和え フルーツ缶(黄桃) | 御飯 赤魚のみりん焼き ごぼうの甘辛炒め みそ汁(キャベツ・えのき) フルーツ(オレンジ) | 御飯 ポークケチャップ カリフラワーのピクルス コンソメスープ(ほうれん草・コーン) フルーツ缶(パイン) | 御飯 鮭の塩焼き 茄子とピーマンの炒め物 お吸物(豆腐・若布) フルーツ缶(黄桃) | 御飯 すき焼き風 サラダ お吸い物(素麺・水菜) フルーツ缶(マンゴー) |
| おやつ | きみしぐれ | 今川焼き | 蒸しパン | シュークリーム | メロンムース | 豆乳プリン | ココアワッフル |
| 夕食 | 御飯 赤魚のみそ焼き ひじきの煮物 お吸物(えのき・豆苗) | 御飯 ミートローフ カリフラワーサラダ コンソメスープ(ほうれん草・しめじ) | 御飯 さばの生姜煮 もやしの和え物 みそ汁(さつま芋・葱) | 御飯 かに入り卵焼き 和風あん なすの含め煮 みそ汁(うまい菜・おつゆ麩) | 御飯 白身魚の味噌焼き かぶの煮物 お吸物(卵・貝割れ) | 御飯 鶏肉のチーズ焼き 里芋の煮っころがし みそ汁(もやし・水菜) | 御飯 めだいの塩麴焼き 五目豆腐 みそ汁(じゃが芋・みつば) |

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



| | 4月22日(火) | 4月23日(水) | 4月24日(木) | 4月25日(金) | 4月26日(土) | 4月27日(日) | 4月28日(月) |
|------------|--|--|---|---|--|---|--|
| 朝食 | 御飯 チキンオムレツ もやしのおかか和え みそ汁(南瓜・えのき) カルシウム牛乳 | 御飯 肉詰めいなりの煮物 オクラの生姜和え みそ汁(小松菜・油揚げ) カルシウム牛乳 | 御飯 炒り卵 キャベツの辛し和え みそ汁(しろ菜・おつゆ麩) カルシウム牛乳 | 御飯 鶏肉と白菜の炒り煮 青菜のお浸し みそ汁(大根・大根葉) カルシウム牛乳 | 御飯 高野豆腐の煮物 ほうれん草としらすの和え物 みそ汁(里芋・葱) カルシウム牛乳 | 御飯 じゃが芋のそぼろ煮 もやしのドレッシング和え みそ汁(うまい菜・えのき) カルシウム牛乳 | 御飯 さつま揚げとかぶの煮物 白菜の海苔和え みそ汁(若芽・葱) カルシウム牛乳 |
| 昼食 | 御飯 さばの漬け焼き きざみ昆布の炒り煮 みそ汁(キャベツ・豆苗) フルーツ缶(みかん) | 麦ご飯 揚げ豆腐の野菜あんかけ 小松菜の錦糸和え みそ汁(白菜・オクラ) フルーツ缶(カクテル) | 御飯 白身魚の香味蒸し 冬瓜の含め煮 みそ汁(豆腐・葱) フルーツ缶(洋なし) | 【郷土料理(山梨県)】 ほうとう風うどん 厚揚げの煮物 桃フルーチェ | 御飯 あじの照り焼き 青菜の煮浸し みそ汁(かぶ・かぶの葉) フルーツ(オレンジ) | 御飯 さばの味噌煮 れんこんきんぴら お吸い物(素麺・葱) フルーツ缶(洋梨) | けんちゃんうどん 昆布と大豆の煮付け フルーツ缶(黄桃) |
| おやつ | クリームパン | バームクーヘン | かすてら饅頭 | ウエハース | 焼きドーナツ(チョコ) | おせんべい | レアチーズ風ムース |
| 夕食 | 麦ご飯 鶏肉のごま醤油焼き ひじきの五目煮 みそ汁(里芋・絹さや) | 御飯 白身魚の揚げびたし 白菜のお浸し みそ汁(しめじ・若布) | 御飯 豚肉の生姜焼き 南瓜の甘煮 みそ汁(えのき・絹さや) | 御飯 さばの山椒煮 ベーコンともやしの炒め物 みそ汁(さつま芋・葱) | 御飯 チキンピカタ マカロニサラダ コンソメスープ(玉葱・人参) | 御飯 豆腐ステーキの野菜あんかけ あさりと小松菜の炒め煮 みそ汁(さつま芋・玉葱) | 麦ご飯 ハンバーグ トマトソース ブロッコリーサラダ コンソメスープ(冬瓜・豆苗) |

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



| | 4月29日(火) | 4月30日(水) | 1月0日(土) | 1月0日(土) | 1月0日(土) | 1月0日(土) | 1月0日(土) |
|------------|---|--|---------|---------|---------|---------|---------|
| 朝食 | 御飯 えびの卵とし キャベツのサラダ みそ汁(しめじ・油揚げ) カルシウム牛乳 | 御飯/カツオふりかけ チキンボールの煮物 春菊のお浸し みそ汁(玉葱・若布) カルシウム牛乳 | | | | | |
| 昼食 | 御飯 麻婆豆腐 餃子 中華スープ(チンゲン菜・人参) フルーツ(バナナ) | 御飯 赤魚のみりん焼き 小松菜のわさび和え みそ汁(かぶ・豆苗) フルーツ缶(みかん) | | | | | |
| おやつ | 味噌まんじゅう | ドームケーキ(カスタード) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 夕食 | 御飯 野菜コロッケ ほうれん草の和え物 みそ汁(にら・もやし) | 御飯 チキンケチャップ スパゲッティーサラダ コンソメスープ(アスパラ・白アスパラ) | | | | | |

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。