

2026年 4月 実施献立表 特養・ショートステイ 花美郷



	4月1日(水)	4月2日(木)	4月3日(金)	4月4日(土)				
朝	洋風トマト雑炊 ちくわと野菜の煮物 いんげん胡麻和え	中華風味雑炊 ウインナーソーテー さつま芋サラダ	南瓜雑炊 ハムポテト キャベツのツナ和え	ご飯 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) 納豆 切干大根の煮物 ゆずみそ				
昼	青菜ごはん みそ汁(麩・あげ) サーモンフライ(オ・ワ・ソ) 刻み昆布煮 フルーツ(洋梨缶) クリームフッセ ジュース オレンジソムリエ	ビーフカレー ゆで卵入りマカロニサラダ バナナ	みそ汁(ごぼう・玉ねぎ) 豚肉とアスパラのピリ辛炒め 卵のサラダ フルーツ(カクテル)	コンソメスープ(人参・黄色い) 鶏肉のしモンパッパ焼き 南瓜のいとこ煮 フルーツ(りんご缶)				
間		人形焼き	和のパンケーキ(抹茶) 牛乳&豆乳 水ようかん(抹茶)	誕生日ケーキ				
夕	清汁(かまぼこ・青ねぎ) 豚肉と青菜の炒め 和風ポテサラ エネケアムースチーズケーキ	みそ汁(大根・椎茸) 鶏肉のドレッシング漬け焼き 角天の煮物 フルカクヨーグルト	みそ汁(はんぺん・葉大根) 鱈のちゃんちゃん焼き 菜の花のわさび和え ファイバーゼリーりんご	豚と鶏のすき煮 シルバーサラダ ヨーグルト				
栄養価	kcal 1,455 たんぱく質 52.4 塩分(g) 6.5	kcal 1,409 たんぱく質 46.3 塩分(g) 6.6	kcal 1,455 たんぱく質 59.7 塩分(g) 6.5	kcal 1,460 たんぱく質 51.0 塩分(g) 6.2				
朝	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)	
朝	ザーサイ中華雑炊 豆腐の華風煮 ブロッコリーのお浸し	鶏雑炊 魚肉ソーセージ入りスクランブル ほうれん草のお浸し	パン粥(チーズ) 厚焼き卵 ブロッコリーのピリ辛和え	ほたて風雑炊 さつまあげと野菜の煮物 コールスロー	鶏梅しそ雑炊 卵の花 ブロッコリーのマリネ	たらこ雑炊 炒り豆腐 金時豆	ご飯 みそ汁(あげ・水菜) ツナのソーテー 人参のピーナツ和え ゆずみそ	
昼	コンソメスープ(小松菜・椎茸) スパニッシュオムレツ さつま芋のオレンジ煮 いちごヨーグルト	コンソメスープ(玉ねぎ・人参) 茄子のポロネーゼ風味炒め アスパラサラダ フルーツ(黄桃缶)	ミネストローネ ハンバーグ刺し身のコンソメ 小松菜のおかか和え マンゴープリン	みそ汁(椎茸・白菜) アジフライ キャロットのマリネ フルーツ(ぶどう缶)	みそ汁(菜の花・ひらたけ) 鶏のバジルチーズ焼き ほうれん草とコーンのソテー フルーツ(洋梨缶)	チャーハン 白湯スープ(春雨・木目) 餃子の甘酢あん ほうれん草のナムル 杏仁豆腐(オレンジシ)	みそ汁(麩・しいたけ) 牛乳 じゃがバターコーン フルーツ(パイナップル)	みそ汁(麩・しいたけ) 牛乳 じゃがバターコーン フルーツ(パイナップル)
間	黒糖風味寒天ミルクプリン	いちごカスター 牛乳&豆乳 イチゴムース	☆特別おやつ☆ 桜もち イチゴ水ようかん	厚切りのハム ジュース チョコソムリエ	焼きプリンタルト プリン	お米deかぼちゃマフィン 牛乳&豆乳 南瓜ぷりん	水ようかん	
夕	清汁(はんぺん・葉大根) 鶏肉の葱塩炒め ツナの煮物 プロテインゼリー(メロン)	かきたま汁(玉葱) ぶり大根 いんげんと竹輪の和風サラダ パインムース	みそ汁(里芋・ほうれん草) 豚肉と野菜のボン酢炒め 春雨の和え物 きなこヨーグルト	みそ汁(大根・しめじ) 鶏肉と冬瓜の煮物 モロヘイヤのお浸し エネケアムースメロン	清汁(かまぼこ・きぬぎや) 豚肉の梅塩たれ焼き じゃが芋の煮物 りんごヨーグルト	みそ汁(いんげん・まいたけ) 豆腐さのこあんかけ 菜の花のからしマヨ和え ファイバーゼリーはちみつレモン	カニ玉 小松菜の磯辺和え ぶどうヨーグルト	
栄養価	kcal 1,443 たんぱく質 57.6 塩分(g) 6.4	kcal 1,465 たんぱく質 67.2 塩分(g) 6.6	kcal 1,485 たんぱく質 57.7 塩分(g) 6.6	kcal 1,405 たんぱく質 48.1 塩分(g) 6.4	kcal 1,416 たんぱく質 56.9 塩分(g) 6.4	kcal 1,429 たんぱく質 51.1 塩分(g) 6.6	kcal 1,423 たんぱく質 41.8 塩分(g) 6.4	
朝	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)	
朝	きつね雑炊 豆と野菜の彩り煮 れんこん梅おかか和え	梅しそ雑炊 ミートボール 白菜の煮びたし	パン粥(コンソメ) プレーンオムレツ 小松菜の磯辺和え	菜めし雑炊 大豆ハイ煮 モロヘイヤ・ボン酢和え	味噌かつお風味雑炊 ハムエッグ カリフラワーのドレ和え	高菜雑炊 豚肉と大根の煮物 いんげん胡麻和え	ご飯 みそ汁(椎茸・白菜) にんじんの甘露煮 オクラの和え物 うめびしお	
昼	みそ汁(わかめ・大根) チキンさのこ豆乳ソース 鍋しぎ いちごヨーグルト	たまごスープ ポークチャップ グリーンサラダ 青りんごゼリーホイップ付き	ちゃんぽん麺 ほうれん草とコーンのドレ和え 杏にフルーツ	クリームシチュー さのこマリネ フルーツ(黄桃缶)	中華スープ(春雨・たけのこ) 群鶏 もやしの中華ドレ和え フルーツ(みかん缶)	たけのこご飯 清汁(かまぼこ・きぬぎや) 鱈の塩焼き ひじき白和え コーヒゼリー	みそ汁(かぶ・かぶの葉) さわらの蒲焼 おろし和え フルーツ(洋梨缶)	
間	バナナプリン(チョコソース)	クレープ(ブルーベリー) 牛乳&豆乳 きなマンジェ	栗まんじゅう みたらし団子風ムース	バナナオムレット ジュース 南瓜ソムリエ	ハバオアッシュクリーム ジュース 寒天ミルクプリ	カスター 牛乳&豆乳 ごまプリン	プリン	
夕	清汁(かまぼこ・葱) 白身魚の甘酢煮 じゃが芋とソーセージのソテー メイパラソムリエ(あずき)	みそ汁(麩・無の葉) 擬製豆腐 グリーンサラダ ぶどうムース	みそ汁(人参・えのき) 鶏の香草パン粉焼き わかめサラダ フルカクヨーグルト	みそ汁(菜の花・ひらたけ) 豚肉のすき焼き風煮 青梗菜のツナ和え メロンムース	みそ汁(小松菜・ごぼう) お好み焼き風卵焼き フレッシュサラダ きなこヨーグルト	みそ汁(里芋・葉大根) スタミナ焼肉風炒め じゃがいもと人参の煮物 ピーチムース	鶏肉のトマト煮 金平ごぼう ヨーグルト	
栄養価	kcal 1,438 たんぱく質 60.2 塩分(g) 6.5	kcal 1,395 たんぱく質 48.2 塩分(g) 6.5	kcal 1,407 たんぱく質 59.3 塩分(g) 6.6	kcal 1,404 たんぱく質 57.3 塩分(g) 6.3	kcal 1,405 たんぱく質 53.4 塩分(g) 6.6	kcal 1,477 たんぱく質 55.8 塩分(g) 6.5	kcal 1,412 たんぱく質 56.3 塩分(g) 6.4	
朝	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)	
朝	山菜雑炊 野菜大豆煮 マカロニサラダ いちごヨーグルト	豚みそ雑炊 スクランブルエッグ 菜の花の和え物	パン粥(コンボタ) エビ野菜ソーテー インゲンのピーナツ和え	五目雑炊 刻み布と大豆煮 小松菜の磯辺和え	さつま芋雑炊 厚揚げの炒め物 カリフラワーの胡麻和え	かに風雑炊 里芋のそぼろ煮 ほうれん草とツナのドレ和え	ご飯 みそ汁(麩・大根) 厚揚げの彩りあんかけ オクラの和え物 のりつく	
昼	みそ汁(なめこ・あげ) チーズはんぺんフライ 小松菜の生姜和え	コロッケカレー 大根とかにかまのサラダ フルーツ(ぶどう缶)	みそ汁(小松菜・ごぼう) 豆腐ハンバーグ なすのきんぴら フルーツ(キウイ)	コンソメスープ(しめじ・舞茸・マツタケ) フリコンカン ジャーマンポテト フルーツ(白桃缶)	みそ汁(椎茸・白菜) 白身魚タルタルソース 野菜サラダ マンゴー	★お楽しみ膳★ ゆかりご飯/清汁 鱈のたたき(ボン酢ソースかけ) 五色なます チーズ&レモンロールケーキ	中華スープ 豚キムチ 卵ソテー フルーツ(りんご缶)	
間	カップdeヤクルト	ベアクリームワッフル 牛乳&豆乳 バナナムース	とどやき(チョコ) チョコソムリエ	生クリームワッフル ジュース ヨーグルトソムリエ	吹雪饅頭 水ようかん(こしあん)	厚切りの抹茶ハム 牛乳&豆乳 抹茶風味ムース	キャラメルプリン	
夕	清汁(とろろ昆布・かぶの葉) 豚肉のみそ炒め カリフラワーのたらこマヨ和え メイパラソムリエ(ストロベリー)	みそ汁(椎茸・葉大根) 豚肉のすき焼き風煮 青梗菜のツナ和え ピーチゼリー繊維入	みそ汁(麩・わかめ) 白身魚の煮つけ コーンサラダ りんごヨーグルト	清汁(かまぼこ・きぬぎや) エビと豆腐の中華風 オクラのお浸し ピーチムース	清汁(はんぺん・かぶの葉) 豚肉の味噌マヨ焼き 南瓜のソフト煮 洋梨ヨーグルト	みそ汁(菜の花・ひらたけ) 豚肉と茄子の七味炒め インゲンの味噌マヨ和え 青りんごゼリー	鶏のしぶ煮 ブロッコリーのドレ和え いちごヨーグルト	
栄養価	kcal 1,469 たんぱく質 48.3 塩分(g) 6.0	kcal 1,407 たんぱく質 54.1 塩分(g) 6.5	kcal 1,555 たんぱく質 58.2 塩分(g) 6.4	kcal 1,459 たんぱく質 54.9 塩分(g) 6.5	kcal 1,464 たんぱく質 53.8 塩分(g) 6.4	kcal 1,413 たんぱく質 59.1 塩分(g) 6.5	kcal 1,411 たんぱく質 46.5 塩分(g) 6.2	
朝	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)			
朝	中華風味雑炊 魚のソーセージソーテー ごぼうサラダ	梅菜粥 高野豆腐と海老の卵とじ 人参のピーナツ和え	パン粥(ミルク) ひき肉の炒め物 小松菜のお浸し	卵雑炊 鶏肉と根菜の黒酢あんかけ 10品目のサラダ	梅しそ雑炊 ツナポテト コールスロー			
昼	みそ汁(玉ねぎ・わかめ) コーンコロッケ 長芋と菜の花のボン酢しょうゆ和え ぶどうヨーグルト	みそ汁(麩・しいたけ) 鶏と厚揚げのみそ煮 ほうれん草の白和え フルーツ(黄桃缶)	かきあげうどん もやしと梅おかか和え フルーツ(洋梨缶)	白湯スープ(春雨・木目) 青椒肉絲 シルバーサラダ フルーツ(カクテル)	清汁(麩・みつば) 親子煮 南瓜の甘煮 フルーツ(みかん缶)			
間	ココアプリン	メープルパンケーキ 牛乳&豆乳 きなマンジェ	どらやき(ずんだ) やわらかイチゴプリン	マラーカオ ジュース やわらか抹茶プリン	☆特別おやつ☆ 御用邸チーズケーキ			
夕	みそ汁(菜の花・ひらたけ) 白身魚のカレー風味焼き 揚げ茄子の生姜醤油和え メイパラソムリエ(ぶどう)	清汁(はんぺん・葉大根) 豚肉と里芋の味噌焼き 切干大根のサラダ パインムース	清汁(かまぼこ・きぬぎや) さわらのねぎ味噌焼き もずくとオクラの酢の物 りんごヨーグルト	みそ汁(菜の花・ひらたけ) オムレツミニソース 里芋とピーナツのソテー ぶどうムース	みそ汁(大根・しめじ) 鱈のクリームソース がんもといとひじきの炒り煮 黄桃ヨーグルト			
栄養価	kcal 1,462 たんぱく質 43.6 塩分(g) 6.3	kcal 1,421 たんぱく質 59.2 塩分(g) 6.5	kcal 1,465 たんぱく質 50.2 塩分(g) 6.4	kcal 1,458 たんぱく質 52.6 塩分(g) 6.5	kcal 1,427 たんぱく質 59.0 塩分(g) 6.6			

※メニューのほかに
土曜日朝・昼・夕には
ご飯が付きます
※都合によりメニューが変更
される場合があります

4月 特養 花美郷 特別メニュー・おやつ のお知らせ

13日
ナポリタン



今月の健康 ...
花粉症の季節です。
くしゃみ・鼻水・目のかゆみ
いろいろなアレルギー症状が
ありますが、一番の予防は
花粉に触れないことのようにです。
春風は気持ちがいいですが、
少し注意も必要ですね。

7日 桜もち



24日
カツオのたたき膳



30日
御用邸チーズケーキ

