［ ４月 なごみ　ショートステイ 献 立 表 ］

調布市知的障害者援護施設なごみ
2024年 4月　　1:常食　　0:基本ﾒﾆｭｰ

2024-03-01 印刷

日	朝食	昼食	おやつ	夕食	栄養価
29（月）	米飯 大豆ハム＆ナムル みそ汁　なまあげ 牛乳 ｴﾈﾙｷﾞｰ 566 kcal　蛋白質 23.8 g 脂質 10.9 g　食塩 2.4 g	米飯 ふりかけ えびフライ タルタルソース ツナサラダ 清汁（はんぺん ｴﾈﾙｷﾞｰ 882 kcal　蛋白質 脂質 39.8 g　食塩 2.9 g	プリンパフェ	もち麦ご飯 魚の粕漬け キャベツの和え物 なめこ豆腐 みそ汁（かぼ ｴﾈﾙｷﾞｰ 504 kcal　蛋白質 30.8 g 脂質 10.3 g　食塩 3.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1952 kcal 蛋白質 83.7 g 脂質 61.0 g 食塩 8.9 g
30（火）	米飯 ポトフ バナナ 牛乳 ｴﾈﾙｷﾞｰ 617 kcal　蛋白質 21.4 g 脂質 13.3 g　食塩 2.4 g	米飯 ふりかけ さわらのハーブグリル にんじん甘煮 カラーピーマンマリネ かぼちゃシチュー ｴﾈﾙｷﾞｰ 722 kcal　蛋白質 31.8 g 脂質 23.6 g　食塩 1.9 g	マンゴー	もち麦ご飯 かつおみそ 豚肉の生姜焼き タラモサラダ 豆腐のすまし ｴﾈﾙｷﾞｰ 565 kcal　蛋白質 30.3 g 脂質 13.0 g　食塩 2.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1904 kcal 蛋白質 83.5 g 脂質 49.9 g 食塩 7.0 g

祝　新年度　春

令和6年度が始まりました。
栄養士、厨房のコックさん・スタッフさん、なごみ職員、町の業者さん
みんなで協力し合って、皆さんの元気のもと、お楽しみになるような食事を
心を込めて、安全第一で作っていきます。どうぞよろしくお願いします。

4月の行事食

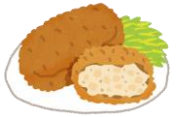
清明　5日

空が澄み，花がイキイキといきおい良く花開く時期です。
菜の花のすまし汁をお出しします。旬の食材で春をいただきましょう。

穀雨　24日

やわらかく暖かな種たちを大きく育てる雨が降り注ぐ時期です。
やわらかくて甘い春キャベツのサラダをお出しします。

リクエストメニュー



３日　　メンチカツカレー
７日　　スパゲティクリームソース
８日　　さくらえびクリームコロッケ
１０日　ビーフストロガノフ
１３日　アイスコーヒー