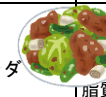
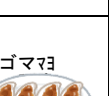
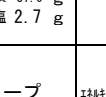
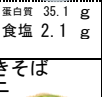
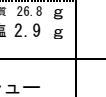


[なごみ ショートステイ 4月 献立表]

調布市知的障害者援護施設なごみ
2025年 4月

2025-03-14 印刷

日	朝食	昼食	おやつ	夕食	栄養価	日	朝食	昼食	おやつ	夕食	栄養価
1 (火)	米飯 ポトフ バナナ 牛乳 	米飯 ふりかけ かれい生姜あん しょうがあん さつま芋コマヨ和え みそ汁 	水羊羹 	もち麦ご飯 とり味噌焼 かにクリームコロッケ コールスローサラダ 赤だし 	エネルギー - 1920 kcal 蛋白質 79.4 g 脂質 51.6 g 食塩 6.7 g	8 (火)	米飯 ポトフ バナナ 牛乳 	米飯 ふりかけ さわらのみぞれソース ひききのサラダ 切干みそ汁 	ミルクプリン 	もち麦ご飯 ふりかけ 鶏梅みそ焼き ポテトサラダ みそ汁 なまあ 	エネルギー - 1902 kcal 蛋白質 86.3 g 脂質 51.5 g 食塩 7.7 g
2 (水)	米飯 ウインナーソーテー ポテトクリーム かき玉スープ 牛乳 	スパミート ツナサラダ さつまいもとリンゴの重ね煮 	ジョア ミニ 	米飯 ふりかけ 赤魚につけ かぼちゃ甘煮 山海おろし和え みそ汁 菜・ふ 	エネルギー - 1876 kcal 蛋白質 78.5 g 脂質 46.5 g 食塩 8.1 g	9 (水)	米飯 ウインナーソーテー ポテトクリーム かき玉スープ 牛乳 	菜の花寿司 しゅうまい うどのすまし汁 	いちごムース 	米飯 ふりかけ 豚味噌炒め ツナボパイサラダ みそ汁 豆腐 ソファール元氣 	エネルギー - 1909 kcal 蛋白質 81.0 g 脂質 55.4 g 食塩 9.4 g
3 (木)	米飯 モーニングシチュー バナナ 牛乳 	米飯 ふりかけ さわらカレーニエル ひじきのサラダ みそ汁 春キャベツ 	いちご豆乳 	五目豆腐ライス (c c) ササミサラダ 中華スープ 杏仁豆腐 	エネルギー - 1933 kcal 蛋白質 84.9 g 脂質 50.1 g 食塩 5.6 g	10 (木)	米飯 モーニングシチュー バナナ 牛乳 	米飯 ぎょうざ ほうれん草ゴママヨ 中華スープ 	気になる野菜ミニ 	米飯 とり 塩焼 白和え マカロニサラダ さつま汁 	エネルギー - 2025 kcal 蛋白質 77.1 g 脂質 57.5 g 食塩 7.2 g
4 (金)	米飯 ミートボールと温野菜 みそ汁 もやし 牛乳 	米飯 ふりかけ こまいのたれカツ にんじん甘煮 菜の花の煮浸し 卵の味噌汁 	ソファール 	米飯 豚キムチ キムチトッピング マカロニカレーサ 中華スープ 豆腐 	エネルギー - 1932 kcal 蛋白質 76.8 g 脂質 51.5 g 食塩 7.1 g	11 (金)	米飯 ミートボールと温野菜 みそ汁 もやし 牛乳 	高菜めし かれい照焼 にんじん甘煮 かぼちゃサラダ みそ汁 なまあげ 	ジョア ミニ 	米飯 ふりかけ ささみの梅しそフライ 山海おろし和え みそ汁 (豆腐・か 	エネルギー - 1927 kcal 蛋白質 92.6 g 脂質 55.1 g 食塩 7.9 g
5 (土)	米飯 豆腐バーグ おろしあんかけ みそ汁 (たまねぎニンジン) 牛乳 	つけ麺 鶏竜田あげ ソファール 	アイスコーヒー 	ネバとろ丼 生揚げの煮つけ ほうれん草のえのきびた にらたま汁 	エネルギー - 1841 kcal 蛋白質 81.5 g 脂質 44.7 g 食塩 7.0 g	12 (土)	米飯 豆腐バーグ おろしあんかけ みそ汁 (もやし) 牛乳 	米飯 白身魚のピリ辛ソース にんじん甘煮 しょうぼろ納豆 みそ汁 	フルーツヨーグルト 	オムライス サラダ奴 とうもろこしスープ いちごムース 	エネルギー - 1937 kcal 蛋白質 83.1 g 脂質 55.6 g 食塩 7.1 g
6 (日)	米飯 オムレツ&ひじき みそ汁 (玉葱) 牛乳 	米飯 ふりかけ 鶏かおり焼き にんじん甘煮 ハムスープ 	カルシウムどら焼き 	ドライカレー 福神漬け チキンナゲット ナムル キウイフルーツ 	エネルギー - 1858 kcal 蛋白質 80.9 g 脂質 46.6 g 食塩 8.4 g	13 (日)	米飯 オムレツ&ひじき みそ汁 (玉葱) 牛乳 	あんかけ焼きそば 肉団子 ミニ 卵中華スープ 	マンゴー 	米飯 ハンバーグシチュー イタリアンサラダ いちご豆乳 	エネルギー - 1956 kcal 蛋白質 81.6 g 脂質 54.6 g 食塩 7.1 g
7 (月)	米飯 大豆ハム&おかか和え みそ汁 牛乳 	米飯 ハンバーグ スパンテー キャベツサラダ ミルクスープ 	マンゴークリーム 	もち麦ご飯 味噌カツ 蒸しキャベツ ひきわりなっとう 豆腐のすまし汁 	エネルギー - 1899 kcal 蛋白質 80.3 g 脂質 50.2 g 食塩 9.2 g	14 (月)	米飯 玉子焼き&おかか和え みそ汁 牛乳 	米飯 ふりかけ 鶏からあげ おろしポン酢ソース ナムル 漬汁 (はんぺん) 	ソファール元氣 	もち麦ご飯 魚の粕漬け ぜんまいの煮物 なめこ豆腐 みそ汁 (かぼちゃ) 	エネルギー - 1857 kcal 蛋白質 77.5 g 脂質 57.7 g 食塩 8.5 g