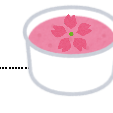
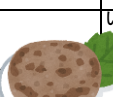


[なごみ ショートステイ 4月 献立表]

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	NEW	おやつ	夕食	栄養価	日	朝食	昼食	おやつ	夕食	栄養価
15 (火)	米飯 ポトフ バナナ 牛乳 	米飯 ふりかけ 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ ほうれん草スープ 	プリン 	もち麦ご飯 のり佃煮 豚肉の生姜焼き コロッケ 豆腐のすまし汁 オレンジゼリー 	エネルギー - 1917 kcal たんぱく質 83.2 g 脂質 47.3 g 食塩 7.6 g	22 (火)	米飯 カレーポトフ バナナ 牛乳 	米飯 ふりかけ サバのみそ煮 紅生姜 ほうれん草のごま和え のっぺい汁 	杏仁豆腐 	米飯 にんじの生姜焼き キャベツサラダ かきたま汁 ソファール元気 	エネルギー - 1859 kcal たんぱく質 81.6 g 脂質 46.7 g 食塩 7.0 g
16 (水)	米飯 ウインナー ポテトクリーム かき玉スープ 牛乳 	スパゲティクリームソース コールスローサラダ ミネストローネ 	豆乳飲料 	米飯 ブルコギ ほうれん草ツナ和え 清汁 キウイフルーツ 	エネルギー - 1902 kcal たんぱく質 81.5 g 脂質 56.5 g 食塩 8.4 g	23 (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 ワサビマヨネーズサラダ ミルクスープ 	オレンジゼリー 	米飯 ホイコーロー にんじん甘煮 ネバトロ和え みそ汁 	エネルギー - 1863 kcal たんぱく質 83.4 g 脂質 50.7 g 食塩 7.7 g
17 (木)	米飯 モーニングシチュー バナナ 牛乳 	米飯 ふりかけ タンドリーチキン ラタトゥイユ添え ペーコンスープ 	パインアップル 	もち麦ご飯 メンチカツ 白和え 豚汁 	エネルギー - 1932 kcal たんぱく質 79.9 g 脂質 51.7 g 食塩 7.5 g	24 (木)	米飯 モーニングシチュー バナナ 牛乳 	ゆかりごはん とりねぎ味噌焼き じゃがいもおかかあんかけ みそ汁 	さくらムース 	米飯 メンチカツの卵とじ 辛し和え みそ汁 キャベツ 	エネルギー - 1967 kcal たんぱく質 83.8 g 脂質 52.9 g 食塩 7.7 g
18 (金)	米飯 ミートボールと温野菜 みそ汁 もやし 牛乳 	さつま芋ごはん 南部焼き ほうれん草サラダ みそ汁 (キャベツ) 	ミルクプリン 	米飯 豆腐のカレー煮 キャベツ和風サラダ 野菜スープ 	エネルギー - 1877 kcal たんぱく質 79.9 g 脂質 55.9 g 食塩 8.5 g	25 (金)	米飯 ミートボールと温野菜 みそ汁 たまねぎ 牛乳 	米飯 ふりかけ 焼魚 ほっけ おろしポン酢ソース パンブキンサラ 青菜汁 	ジョア ミニ 	米飯 焼肉炒め コロッケ ワカメスープ ミルクプリン 	エネルギー - 1887 kcal たんぱく質 79.3 g 脂質 48.7 g 食塩 7.7 g
19 (土)	米飯 豆腐バーグ おろしあんかけ みそ汁 (玉ねぎ) 牛乳 	肉そば ほうれん草マヨネーズ和え コーヒードリンク 	ロッテチョコパイ 	温卵かけごはん さつま揚げの煮物 味噌やっこ みそ汁 大根 	エネルギー - 1905 kcal たんぱく質 81.8 g 脂質 47.0 g 食塩 9.8 g	26 (土)	米飯 豆腐バーグ おろしあんかけ みそ汁 (芋ニ) 牛乳 	月見そば おんせんたまご 天ぷら 豆乳 	カルシウムどら焼き 	味噌トン丼 ロールキャベツ ブロッコリー人参 みそ汁 (ほうれん草) 食物せんいゼリー 	エネルギー - 1891 kcal たんぱく質 79.8 g 脂質 53.6 g 食塩 7.2 g
20 (日)	米飯 オムレツ&ひじき みそ汁 (玉葱) 牛乳 	もち麦ご飯 塩焼き(鯖) おろしポン酢ソース ほうれん草和え みそ汁 	パインアップル 	ソースカツどん 白和え 豚汁 ソファール元気 	エネルギー - 1883 kcal たんぱく質 82.1 g 脂質 52.0 g 食塩 9.2 g	27 (日)	米飯 オムレツ&ひじき みそ汁 (玉葱) 牛乳 	ナポリタン カリフラワーサラダ ミルクスープ 	キャラメルプリン 	米飯 麻婆豆腐 ハムブロッコリーサラダ かきたま汁 	エネルギー - 1938 kcal たんぱく質 80.3 g 脂質 63.3 g 食塩 8.9 g
21 (月)	米飯 大豆ハム&おかか和え みそ汁 牛乳 	米飯 ふりかけ 豆腐バーグ ささみの和え みそ汁 (たまご) 	いちご豆乳 	米飯 魚のマスタード焼き ツナ大根サラダ 清汁 (はんぺん・みつば) 	エネルギー - 1872 kcal たんぱく質 79.3 g 脂質 50.4 g 食塩 7.7 g	28 (月)	米飯 玉子焼き&おかか和え みそ汁 牛乳 	わかめご飯 白身魚フライ 菜花のごま酢和え みそ汁 白菜 	黒糖ちるけーき 	米飯 鶏の山椒煮 納豆 みそ汁 ソファール元気 	エネルギー - 1909 kcal たんぱく質 85.0 g 脂質 44.9 g 食塩 8.9 g