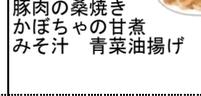
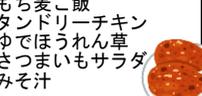
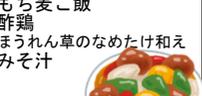
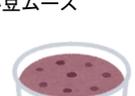
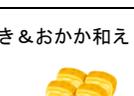
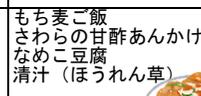
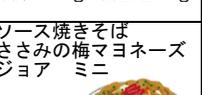
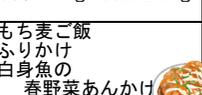
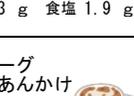
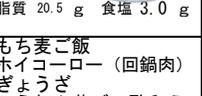
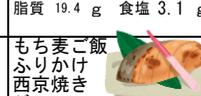
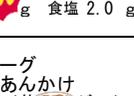
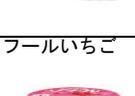
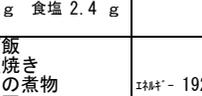
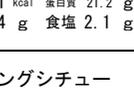
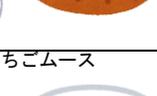
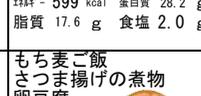
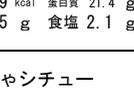
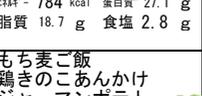
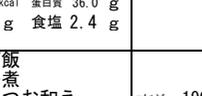
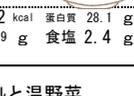
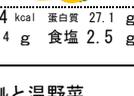
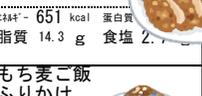


[なごみショートステイ 4月 献立表]

調布市知的障害者援護施設なごみ
2026年 4月 1:常食

0:基本メニュー

2026-03-13 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
15 (水)	NEW 米飯 オムレツソーテー みそ汁 (玉葱) 牛乳 	もち麦ご飯 メンチカツ ササミサラダ みそ汁 (豆腐) 	果物 (イチゴ) 	もち麦ご飯 豚肉の炭焼き かぼちゃの甘煮 みそ汁 青菜油揚げ 	エネルギー - 2035 kcal 蛋白質 82.2 g 脂質 59.6 g 食塩 7.7 g	22 (水)	NEW 米飯 オムレツソーテー ポテトクリーム かき玉スープ 牛乳 	ハヤシライス コロッケ アロココリ人参ドレッシング 	いちご豆乳 	もち麦ご飯 鶏かおり焼き キャロットラペ みそ汁 なまあげ 	エネルギー - 1952 kcal 蛋白質 82.9 g 脂質 52.3 g 食塩 8.6 g
16 (木)	米飯 オムレツ&ひじき みそ汁 (玉葱) 牛乳 	もち麦ご飯 タンダーリーチキン ゆでほうれん草 さつまいもサラダ みそ汁 	ソファール 元気 	もち麦ご飯 ガーリックバターフィッシュ ゆかり和え おろし納豆 ミルクスープ 	エネルギー - 1862 kcal 蛋白質 87.1 g 脂質 46.4 g 食塩 7.9 g	23 (木)	米飯 オムレツ&ひじき みそ汁 (玉葱) 牛乳 	もち麦ご飯 酢鶏 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁 	小豆ムース 	もち麦ご飯 麻婆豆腐 ハムブロックサラダ かきたま汁 	エネルギー - 1914 kcal 蛋白質 87.4 g 脂質 52.7 g 食塩 7.6 g
17 (金)	米飯 玉子焼き&おかか和え みそ汁 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ 魚のみそチーズ焼き ツナサラダ キャベツスープ 	クリームソーダー風ゼリー 	もち麦ご飯 さらわの甘酢あんかけ なめこ豆腐 清汁 (ほうれん草) 	エネルギー - 1900 kcal 蛋白質 82.4 g 脂質 54.3 g 食塩 6.5 g	24 (金)	米飯 玉子焼き&おかか和え みそ汁 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ 魚のみぞれ煮 ツナサラダ みそ汁 南瓜 	パインアップル 	もち麦ご飯 鶏の山椒煮 納豆 みそ汁 	エネルギー - 1893 kcal 蛋白質 86.0 g 脂質 49.8 g 食塩 7.9 g
18 (土)	米飯 ミネストローネ バナナ 牛乳 	ソース焼きそば ささみの梅マヨネーズ ショア ミニ 	チョコババロア 	もち麦ご飯 さば蒲焼き 里芋の煮ころがら なめたけおろし 清汁 (はんぺん) 	エネルギー - 1963 kcal 蛋白質 89.8 g 脂質 47.2 g 食塩 8.0 g	25 (土)	米飯 肉団子の生姜スープ バナナ 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ 白身魚の 春野菜あんかけ ポテトサラダ みそ汁 にとら 	水羊羹 	もち麦ご飯 肉豆腐 さつまいもレーズン煮 みそ汁 (オクラ) 	エネルギー - 1928 kcal 蛋白質 80.4 g 脂質 37.6 g 食塩 6.2 g
19 (日)	米飯 豆腐バーグ おろしあんかけ みそ汁 (たまねぎ) 牛乳 	もち麦ご飯 ホイコーロー (回鍋肉) ぎょうざ ほうれん草ゴマ酢あん 中華スープ 	パームクーヘン 	もち麦ご飯 ふりかけ 西京焼き ジャーマンホット けんちん汁 	エネルギー - 1913 kcal 蛋白質 81.5 g 脂質 49.1 g 食塩 6.6 g	26 (日)	米飯 豆腐バーグ おろしあんかけ みそ汁 (芋) 牛乳 	かきあげ天丼 ササミサラダ 豚汁 	ソファールいちご 	もち麦ご飯 ほっけ塩焼き ぜんまいの煮物 シラス納豆 みそ汁 なまあげ 	エネルギー - 1928 kcal 蛋白質 84.5 g 脂質 43.1 g 食塩 7.3 g
20 (月)	米飯 モーニングシチュー バナナ 牛乳 	もち麦ご飯 てりやきハンバーグ ポテトビーンズ キャロットラペ ワカメスープ 	いちごムース 	もち麦ご飯 さつまいも揚げの煮物 卵豆腐 みそ汁 	エネルギー - 1935 kcal 蛋白質 76.4 g 脂質 43.6 g 食塩 9.6 g	27 (月)	米飯 かぼちゃシチュー バナナ 牛乳 	もち麦ご飯 鶏さのこあんかけ ジャーマンポテト ほうれん草味噌汁 	ペクシーバイン 	もち麦ご飯 五目親子煮 長芋梅かつお和え みそ汁 	エネルギー - 1905 kcal 蛋白質 81.2 g 脂質 34.2 g 食塩 7.5 g
21 (火)	米飯 ミートボールと温野菜 みそ汁 もやし 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ 焼魚 ほっけ おろしポン酢ソース パンピングサラダ 青菜汁 	ミルージュ 	もち麦ご飯 豚生揚げのみそ炒め ほうれん草のえのきびたし 清汁 (はなごみ 菜花) 	エネルギー - 1885 kcal 蛋白質 82.8 g 脂質 47.8 g 食塩 8.5 g	28 (火)	米飯 ミートボールと温野菜 みそ汁 たまねぎ 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ さば香り焼 出しあん かぼちゃの甘煮 みそ汁 大根 	ソファール元気 	もち麦ご飯 豆腐のカレー煮 ほうれん草のごま和え かき玉汁 	エネルギー - 1967 kcal 蛋白質 82.5 g 脂質 54.9 g 食塩 7.8 g