



しまた川苑通所献立表（令和7年4月後半）



| | | | |
|-----------|------------------------------|---|-------------|
| 16 (水) | しぐれ煮 | 和え物(ブロッコリー) うずらの甘煮 フルーチェ(メロン) かき卵汁 | 568 kcal |
| 17 (木) | おろし煮 (タラ) | 里芋の煮物 水ようかん 味噌汁 | 621 kcal |
| 18 (金) | 鶏肉の 焼肉タレ あんかけ | 野菜のソテー じゃが芋の煮付 ぶどうゼリー 味噌汁 | 607 kcal |

| | | | |
|-----------|------------------------------|--|-------------|
| 21 (月) | さわらの マヨパン粉 焼き | 野菜のソテー 肉じゃが フルーツミックス 味噌汁 | 670 kcal |
| 22 (火) | 青炒肉絲 | うずら豆の甘煮 青りんごゼリー 味噌汁 | 553 kcal |
| 23 (水) | 誕生食 鯛の西京焼 | 錦卵 炊き合わせ しゃぶしゃぶ風 茹で野菜 果物(いちご) 牛乳羹 すまし汁 | 589 kcal |
| 24 (木) | 鶏肉の カレー焼き | ビーフソテー 煮しめ チョコレートババロア 味噌汁 | 659 kcal |
| 25 (金) | さばのうめ煮 | 煮付け(牛蒡・いんげん) 冬瓜のくず煮 いちごヨーグルト 味噌汁 | 615 kcal |

| | | | |
|-----------|---------------------------|--|-------------|
| 28 (月) | ハンバーグ ケチャップソース | スープ煮(じゃが芋) 煮浸し(白菜) プリン 味噌汁 | 591 kcal |
| 29 (火) | 散らし寿司 | 炊き合わせ(高野豆腐) フルーチェ(もも) すまし汁 | 528 kcal |
| 30 (水) | チキンカツ | 茹で野菜(春キャベツ) 煮付(大根) ぶどうゼリー 味噌汁 | 621 kcal |



※材料の関係等で献立を変更する事があります。ご了承下さい。

※毎食御飯が付きます。カロリーには御飯(1食150g)が含まれています。