

令和7年4月 花咲池田献立表

	4月6日(日)	4月7日(月)	4月8日(火)	4月9日(水)	4月10日(木)	4月11日(金)	4月12日(土)
朝食	はちみつパン ツナサラダ 牛乳 果物 	白粥 漬物 平天の旨煮 果物 味噌汁	食パン マーガリン かぶ洋風煮 コーヒー牛乳 ヨーグルト	白粥 昆布佃煮 絹あげ煮 果物 	食パン ジャム しる菜とツナの炒め物 コーヒー牛乳 果物	白粥 漬物 えび団子煮物 果物	茶粥 漬物 小松菜のじゃこ和え 青りんごゼリー 
	エネルギー- 451 タンパク 14.8 脂質 18.6 炭水化物 54.3 カルシウム 264 食塩相当量 1.1	エネルギー- 293 タンパク 8.6 脂質 1.8 炭水化物 60.8 カルシウム 35 食塩相当量 2.3	エネルギー- 443 タンパク 13.1 脂質 16 炭水化物 59.1 カルシウム 212 食塩相当量 2.2	エネルギー- 302 タンパク 8.9 脂質 5.3 炭水化物 57 カルシウム 129 食塩相当量 1.1	エネルギー- 429 タンパク 11.7 脂質 10.4 炭水化物 70.7 カルシウム 207 食塩相当量 1.6	エネルギー- 337 タンパク 8.8 脂質 7.7 炭水化物 57.4 カルシウム 24 食塩相当量 1.6	エネルギー- 280 タンパク 6.2 脂質 0.9 炭水化物 62.8 カルシウム 111 食塩相当量 1.2
昼食	御飯 鯖の梅干し煮 添え(白ねぎ・人参) 豆腐のそぼろあんかけ 小松菜のごま和え 味噌汁	御飯 酢豚 焼き餃子 もやしのドレ和え 中華スープ 	御飯 あじの南蛮漬け 白花豆煮 ほうれん草のゆず醤油和え 味噌汁 	御飯 鶏肉のもろみ焼き 添え(白葱・オクラ) 里芋のそぼろ煮 小松菜のマヨ和え 清汁 	おにぎり とんこつラーメン 蒸しシューマイ フルーツポンチ 	すき煮風井 さつまいも煮 ブロッコリーの和え物 味噌汁 	御飯 肉味噌豆腐 れんこんの炒め物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 
	エネルギー- 540 タンパク 27.4 脂質 15.6 炭水化物 70.9 カルシウム 223 食塩相当量 2.8	エネルギー- 697 タンパク 24.9 脂質 27.2 炭水化物 86.4 カルシウム 73 食塩相当量 2.6	エネルギー- 591 タンパク 23.2 脂質 14.7 炭水化物 90.7 カルシウム 98 食塩相当量 2.8	エネルギー- 717 タンパク 29.2 脂質 29.4 炭水化物 80.4 カルシウム 146 食塩相当量 3	エネルギー- 642 タンパク 19.6 脂質 17.9 炭水化物 97.3 カルシウム 72 食塩相当量 4.7	エネルギー- 587 タンパク 20.4 脂質 15.6 炭水化物 94.9 カルシウム 181 食塩相当量 2.8	エネルギー- 656 タンパク 27.5 脂質 20.7 炭水化物 87.6 カルシウム 217 食塩相当量 3.3
夕食	御飯 かぼちゃグラタン アスパラソテー カリフラワーのドレ和え コンソメスープ 	御飯 マーメレードチキン 添え(キャベツ・トマト) いんげんソテー しる菜のマヨ和え コンソメスープ	御飯 五目卵銀あんかけ さつま芋とねぎの煮物 ブロッコリーのドレ和え 味噌汁 	御飯 赤魚の煮付け 添え(いんげん・揚げなす) ちくわの金平 チンゲン菜の和えもの 味噌汁 	御飯 ハンバーグ 添え(グラッセ) イタリアンソテー ほうれん草のドレ和え コンソメスープ	御飯 白身魚のバター醤油焼き 添え(スナップエンドウ) きのこソテー フレンチサラダ コーンスープ	御飯 焼き肉風炒め 冬瓜の水晶煮 きゅうりのドレ和え 中華スープ
	エネルギー- 534 タンパク 17.7 脂質 13.9 炭水化物 87 カルシウム 132 食塩相当量 2.5	エネルギー- 649 タンパク 25.1 脂質 27.6 炭水化物 74.5 カルシウム 136 食塩相当量 2.7	エネルギー- 566 タンパク 19.7 脂質 15.2 炭水化物 88.4 カルシウム 137 食塩相当量 3.2	エネルギー- 505 タンパク 22.4 脂質 12.7 炭水化物 74.6 カルシウム 134 食塩相当量 3.1	エネルギー- 559 タンパク 20.3 脂質 19.2 炭水化物 77.6 カルシウム 89 食塩相当量 3	エネルギー- 586 タンパク 22.3 脂質 18.9 炭水化物 80.1 カルシウム 91 食塩相当量 2.4	エネルギー- 566 タンパク 22.4 脂質 19.5 炭水化物 74.5 カルシウム 105 食塩相当量 2.8
合計	エネルギー- 1525 タンパク 59.9 脂質 48.1 炭水化物 212.2 カルシウム 619 食塩相当量 6.4	エネルギー- 1639 タンパク 58.6 脂質 56.6 炭水化物 221.7 カルシウム 244 食塩相当量 7.6	エネルギー- 1600 タンパク 56 脂質 45.9 炭水化物 238.2 カルシウム 447 食塩相当量 8.2	エネルギー- 1524 タンパク 60.5 脂質 47.4 炭水化物 212 カルシウム 409 食塩相当量 7.2	エネルギー- 1630 タンパク 51.6 脂質 47.5 炭水化物 245.6 カルシウム 368 食塩相当量 9.3	エネルギー- 1510 タンパク 51.5 脂質 42.2 炭水化物 232.4 カルシウム 296 食塩相当量 6.8	エネルギー- 1502 タンパク 56.1 脂質 41.1 炭水化物 224.9 カルシウム 433 食塩相当量 7.3









※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

令和7年4月 花咲池田献立表

	4月13日(日)	4月14日(月)	4月15日(火)	4月16日(水)	4月17日(木)	4月18日(金)	4月19日(土)
朝食	ミニ抹茶ツイスト ウインナーサラダ 牛乳 果物	白粥 漬物 小松菜の炒め煮 果物 味噌汁	食パン  マーガリン アスパラソテー コーヒー牛乳 ヨーグルト	白粥 漬物 たまごとし 果物	食パン  ジャム コンソメ煮 コーヒー牛乳 果物	白粥 漬物 ちくわの甘辛炒め 果物	茶粥 漬物 大根菜のツナ煮 オレンジゼリー 
	エネルギー 445 タンパク 13 脂質 19.9 炭水化物 52.5 カルシウム 261 食塩相当量 1.2	エネルギー 310 タンパク 8.2 脂質 4.7 炭水化物 58.9 カルシウム 114 食塩相当量 2.2	エネルギー 466 タンパク 13.6 脂質 19 炭水化物 57.9 カルシウム 206 食塩相当量 1.7	エネルギー 311 タンパク 10.7 脂質 5.8 炭水化物 54.7 カルシウム 40 食塩相当量 1	エネルギー 422 タンパク 11.6 脂質 8.1 炭水化物 73.8 カルシウム 151 食塩相当量 1.7	エネルギー 297 タンパク 7.8 脂質 4.2 炭水化物 57.5 カルシウム 23 食塩相当量 1.1	エネルギー 280 タンパク 6.2 脂質 7 炭水化物 48.6 カルシウム 113 食塩相当量 1.1
昼食	【お誕生日会】 赤飯 天ぷら盛り合わせ 添え(天つゆ) たけのことふきの煮物 茶碗蒸し 赤だし  果物	御飯 牛肉のトマト煮 マカロニソテー パンプキンサラダ コンソメスープ	御飯 豚肉の生姜焼き 添え(キャベツ・トマト) 切干大根炒め煮 しろ菜のお浸し 味噌汁 	御飯 鶏肉の塩麹焼 添え(オクラ) ひじき煮 小松菜の辛子和え 味噌汁	おにぎり ナポリタンスパゲティ ツナサラダ コンソメスープ 	ポークカレーライス 漬物(福神漬) コールスローサラダ 果物 	御飯 さわらの山椒焼き 添え(ししとう) れんこんのそぼろ炒め 春菊のお浸し 味噌汁
	エネルギー 674 タンパク 29.7 脂質 20.6 炭水化物 90.6 カルシウム 142 食塩相当量 4.7	エネルギー 709 タンパク 21.4 脂質 29 炭水化物 90.6 カルシウム 89 食塩相当量 2.8	エネルギー 547 タンパク 24.5 脂質 14.3 炭水化物 80.7 カルシウム 187 食塩相当量 2.7	エネルギー 574 タンパク 24.5 脂質 19.5 炭水化物 75.4 カルシウム 200 食塩相当量 2.8	エネルギー 550 タンパク 16.6 脂質 17.5 炭水化物 79.6 カルシウム 70 食塩相当量 2.1	エネルギー 616 タンパク 22.5 脂質 19.8 炭水化物 89.8 カルシウム 85 食塩相当量 3.3	エネルギー 548 タンパク 23 脂質 14.7 炭水化物 79.8 カルシウム 111 食塩相当量 2.7
夕食	御飯 さけのつけ焼き 添え(白ねぎ・オクラ) じゃが芋煮 カリフラワーとハムのドレ和え 味噌汁	御飯 鶏肉の照り焼き 添え(ピーマン・人参) 里芋煮 新玉葱のおかか和え 味噌汁 	御飯 カレイの野菜あんかけ なすの甘辛炒め ぜんまいのナムル 清汁 	御飯 大和煮 こんにゃくのピリ辛炒め 白和え 清汁 	御飯 ほっけのつけ焼き 添え(白ねぎ・しめじ) 厚揚げの煮物 カリフラワーのマヨ和え 味噌汁	御飯 海鮮たまご焼き 添え(つゆ) チンゲン菜の炒め物 ひじきのサラダ 清汁	御飯 チキンソテー 添え(いんげん) かぶの洋風煮 マカロニサラダ コンソメスープ
	エネルギー 541 タンパク 22.3 脂質 15.6 炭水化物 80.1 カルシウム 66 食塩相当量 2.5	エネルギー 556 タンパク 23.8 脂質 16.9 炭水化物 74.4 カルシウム 54 食塩相当量 2.7	エネルギー 511 タンパク 19.9 脂質 16 炭水化物 70.7 カルシウム 96 食塩相当量 2.2	エネルギー 654 タンパク 24 脂質 22.2 炭水化物 87 カルシウム 138 食塩相当量 2.9	エネルギー 545 タンパク 25 脂質 18 炭水化物 71.2 カルシウム 186 食塩相当量 2.3	エネルギー 585 タンパク 26.7 脂質 20.3 炭水化物 71.5 カルシウム 170 食塩相当量 3.2	エネルギー 677 タンパク 25.3 脂質 27.7 炭水化物 80.3 カルシウム 67 食塩相当量 2.7
合計	エネルギー 1660 タンパク 65 脂質 56.1 炭水化物 223.2 カルシウム 469 食塩相当量 8.4	エネルギー 1575 タンパク 53.4 脂質 50.6 炭水化物 223.9 カルシウム 257 食塩相当量 7.7	エネルギー 1524 タンパク 58 脂質 49.3 炭水化物 209.3 カルシウム 489 食塩相当量 6.6	エネルギー 1539 タンパク 59.2 脂質 47.5 炭水化物 217.1 カルシウム 378 食塩相当量 6.7	エネルギー 1517 タンパク 53.2 脂質 43.6 炭水化物 224.6 カルシウム 407 食塩相当量 6.1	エネルギー 1498 タンパク 57 脂質 44.3 炭水化物 218.8 カルシウム 278 食塩相当量 7.6	エネルギー 1505 タンパク 54.5 脂質 49.4 炭水化物 208.7 カルシウム 291 食塩相当量 6.5

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

令和7年4月 花咲池田献立表

	4月20日(日)	4月21日(月)	4月22日(火)	4月23日(水)	4月24日(木)	4月25日(金)	4月26日(土)
朝食	メロンパン イタリアンサラダ 牛乳 果物 	白粥 漬物 がんと煮 果物 味噌汁	食パン マーガリン ほうれん草のドレ和え コーヒー牛乳 ヨーグルト	白粥 漬物 小松菜と竹輪の炒め煮 果物	食パン ジャム いんげんソテー コーヒー牛乳 果物	白粥 漬物 だし巻きたまご 果物 	茶粥 漬物 ちくわとかぶの煮物 いちごゼリー
	エネルギー- 478 タンパク 14.4 脂質 16.9 炭水化物 65.7 カルシウム 278 食塩相当量 1.4	エネルギー- 348 タンパク 11.1 脂質 8.4 炭水化物 56.8 カルシウム 63 食塩相当量 2.4	エネルギー- 439 タンパク 12 脂質 17.1 炭水化物 57 カルシウム 222 食塩相当量 1.6	エネルギー- 279 タンパク 6.8 脂質 4 炭水化物 55.7 カルシウム 100 食塩相当量 1.1	エネルギー- 419 タンパク 11.3 脂質 8.5 炭水化物 73.3 カルシウム 164 食塩相当量 1.4	エネルギー- 295 タンパク 10.3 脂質 6 炭水化物 50.3 カルシウム 37 食塩相当量 1.1	エネルギー- 226 タンパク 5.7 脂質 0.8 炭水化物 49 カルシウム 23 食塩相当量 1.5
昼食	【洋食の日】 パン(3種盛り) 海鮮シチュー コーンサラダ 果物 	御飯 肉団子の甘酢煮 春巻き ハムサラダ 中華スープ 	御飯 鶏肉とかぶの煮物 ふきの金平 白菜のわさび和え 味噌汁	【お弁当の日】 ちらし寿司 漬物(甘酢生姜) さわらの西京焼き 添え(ししとう・白花豆) かき揚げ 煮合わせ 筍のおかか和え 赤だし 果物 	おにぎり カレーうどん かぼちゃ煮 ブロッコリーのドレ和え 	焼き鳥丼 小松菜炒め煮 里芋の梅和え 清汁 	御飯 豚肉と根菜の炒め煮 茄子の揚げ浸し いんげんの和え物 味噌汁 
	エネルギー- 556 タンパク 17.5 脂質 24.7 炭水化物 69.9 カルシウム 133 食塩相当量 4.1	エネルギー- 652 タンパク 17.1 脂質 24.9 炭水化物 89.6 カルシウム 82 食塩相当量 3.6	エネルギー- 532 タンパク 24.4 脂質 16.3 炭水化物 71.1 カルシウム 239 食塩相当量 2.9	エネルギー- 676 タンパク 33.7 脂質 16.4 炭水化物 98 カルシウム 163 食塩相当量 4.5	エネルギー- 605 タンパク 17.5 脂質 16.6 炭水化物 95 カルシウム 80 食塩相当量 3.1	エネルギー- 596 タンパク 24.9 脂質 20.1 炭水化物 75.9 カルシウム 105 食塩相当量 3.2	エネルギー- 549 タンパク 20.8 脂質 16.3 炭水化物 79.2 カルシウム 80 食塩相当量 2.8
夕食	御飯 めばるの煮付け 添え(さといも・人参) 炒り豆腐 きゅうりの酢の物 味噌汁	御飯 さばのごま味噌焼き 添え(オクラ) 小松菜とエビの炒めもの ブロッコリーの和え物 味噌汁 	御飯 豚肉の塩麴炒め なすの香味炒め きゅうりのドレ和え 清汁	御飯 肉じゃが 冬瓜の煮物 しろ菜のツナ和え 味噌汁 	御飯 豚肉と水菜のはりはり煮 れんこんの華風煮 酢みそ和え 味噌汁	御飯 太刀魚の煮付け 添え(ふき・人参) しろ菜のそぼろ炒め アスパラのドレ和え 豚汁 	御飯 チンジャオロース 焼き餃子 春雨のマヨ和え 中華スープ 
	エネルギー- 498 タンパク 25.2 脂質 10.8 炭水化物 74 カルシウム 187 食塩相当量 2.7	エネルギー- 572 タンパク 25.8 脂質 20.7 炭水化物 70 カルシウム 200 食塩相当量 2.8	エネルギー- 587 タンパク 23.1 脂質 20.5 炭水化物 75.9 カルシウム 68 食塩相当量 1.9	エネルギー- 690 タンパク 26.5 脂質 25.4 炭水化物 88.6 カルシウム 120 食塩相当量 2.8	エネルギー- 481 タンパク 21.6 脂質 7.3 炭水化物 82.4 カルシウム 197 食塩相当量 3.1	エネルギー- 605 タンパク 28.3 脂質 22.4 炭水化物 70.3 カルシウム 116 食塩相当量 2.6	エネルギー- 741 タンパク 22.2 脂質 31.6 炭水化物 90.4 カルシウム 68 食塩相当量 3
合計	エネルギー- 1532 タンパク 57.1 脂質 52.4 炭水化物 209.6 カルシウム 598 食塩相当量 8.2	エネルギー- 1572 タンパク 54 脂質 54 炭水化物 216.4 カルシウム 345 食塩相当量 8.8	エネルギー- 1558 タンパク 59.5 脂質 53.9 炭水化物 204 カルシウム 529 食塩相当量 6.4	エネルギー- 1645 タンパク 67 脂質 45.8 炭水化物 242.3 カルシウム 383 食塩相当量 8.4	エネルギー- 1505 タンパク 50.4 脂質 32.4 炭水化物 250.7 カルシウム 441 食塩相当量 7.6	エネルギー- 1496 タンパク 63.5 脂質 48.5 炭水化物 196.5 カルシウム 258 食塩相当量 6.9	エネルギー- 1516 タンパク 48.7 脂質 48.7 炭水化物 218.6 カルシウム 171 食塩相当量 7.3

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

令和7年4月 花咲池田献立表

	4月27日(日)	4月28日(月)	4月29日(火)	4月30日(水)	5月1日(木)	5月2日(金)	5月3日(土)
朝食	ミニ山シュガー ウインナーのスープ煮 牛乳 果物	白粥 漬物 いんげんのごま和え 果物  味噌汁	食パン マーガリン ブロッコリーのサラダ コーヒー牛乳 ヨーグルト	白粥 漬物 しろ菜の炒め煮 果物	食パン  ジャム 冬瓜のスープ煮 コーヒー牛乳 みかん缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 ウインナー炒め 果物	茶粥 漬物 いか団子の旨煮 青りんごゼリー 
	エネルギー 488 タンパク 15.5 脂質 17.7 炭水化物 65.4 カルシウム 275 食塩相当量 1.5	エネルギー 263 タンパク 6.4 脂質 1.8 炭水化物 56.8 カルシウム 85 食塩相当量 2	エネルギー 452 タンパク 12.4 脂質 17.7 炭水化物 59.1 カルシウム 212 食塩相当量 1.4	エネルギー 303 タンパク 7.2 脂質 7.1 炭水化物 54.7 カルシウム 57 食塩相当量 0.8	エネルギー 407 タンパク 11.8 脂質 8.6 炭水化物 68.5 カルシウム 211 食塩相当量 1.6	エネルギー 322 タンパク 7.3 脂質 9.4 炭水化物 52.7 カルシウム 20 食塩相当量 1	エネルギー 336 タンパク 10.5 脂質 2.1 炭水化物 68.9 カルシウム 65 食塩相当量 2
昼食	御飯 ほっけの塩焼き 添え(ししとう・しめじ) 厚揚げ煮 ほうれん草の和え物 味噌汁	御飯 麻婆豆腐 春巻 大根菜のドレ和え 中華スープ 	ちらし寿司 野菜しんじょう煮 のっぺい汁 水ようかん 	御飯 鮭のねぎ醤油焼き 添え(いんげん) 高野煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 	おにぎり たぬきそば ちくわ磯辺揚げ 春菊の胡麻和え 	チキンカレーライス 添え(福神漬) コールスローサラダ 果物 	御飯 牛肉のしぐれ煮 たけのこのおかか炒め ぬた和え 清汁 
	エネルギー 461 タンパク 22.9 脂質 10.6 炭水化物 68.6 カルシウム 173 食塩相当量 2.4	エネルギー 687 タンパク 26.5 脂質 26.5 炭水化物 83.9 カルシウム 343 食塩相当量 2.8	エネルギー 613 タンパク 24.4 脂質 13.3 炭水化物 98.2 カルシウム 72 食塩相当量 3.4	エネルギー 533 タンパク 26.2 脂質 15.6 炭水化物 71.7 カルシウム 132 食塩相当量 3	エネルギー 567 タンパク 20 脂質 14.2 炭水化物 90.4 カルシウム 121 食塩相当量 2.6	エネルギー 622 タンパク 19.6 脂質 21.2 炭水化物 88.8 カルシウム 86 食塩相当量 2.9	エネルギー 551 タンパク 20.2 脂質 14.8 炭水化物 83.6 カルシウム 93 食塩相当量 2.1
夕食	御飯 煮込みハンバーグ 添え(じゃがいも・人参) チンゲン菜ソテー ツナサラダ コンソメスープ 	御飯 牛肉のおろし煮 れんこん金平 きゅうりの昆布和え 味噌汁	御飯 豚肉の味噌炒め かぶのあんかけ 白菜の柚香和え 清汁 	御飯 スパニッシュオムレツ 添え(スナップエンドウ) イタリアンソテー スパゲティサラダ コンソメスープ	御飯 八宝菜 蒸しニラ饅頭 もやしの中華和え 中華スープ 	御飯 たらのムニエル 添え(グラッセ) さつま芋のレモン煮 アスパラサラダ 味噌汁 	御飯 鶏肉の照り焼き 添え(いんげん) 揚げなすの煮浸し 小松菜の和え物 味噌汁
	エネルギー 590 タンパク 22.2 脂質 22 炭水化物 77.5 カルシウム 153 食塩相当量 3.2	エネルギー 629 タンパク 20.9 脂質 21.2 炭水化物 87.4 カルシウム 100 食塩相当量 2.7	エネルギー 495 タンパク 23.6 脂質 10.1 炭水化物 75.6 カルシウム 100 食塩相当量 2.9	エネルギー 668 タンパク 23.6 脂質 28.9 炭水化物 76.8 カルシウム 68 食塩相当量 3	エネルギー 546 タンパク 26.6 脂質 14.6 炭水化物 75.8 カルシウム 96 食塩相当量 3.1	エネルギー 610 タンパク 21.6 脂質 18.3 炭水化物 90.8 カルシウム 102 食塩相当量 2.9	エネルギー 614 タンパク 24.3 脂質 24.6 炭水化物 71.8 カルシウム 145 食塩相当量 2.8
合計	エネルギー 1539 タンパク 60.6 脂質 50.3 炭水化物 211.5 カルシウム 601 食塩相当量 7.1	エネルギー 1579 タンパク 53.8 脂質 49.5 炭水化物 228.1 カルシウム 528 食塩相当量 7.5	エネルギー 1560 タンパク 60.4 脂質 41.1 炭水化物 232.9 カルシウム 384 食塩相当量 7.7	エネルギー 1504 タンパク 57 脂質 51.6 炭水化物 203.2 カルシウム 257 食塩相当量 6.8	エネルギー 1520 タンパク 58.4 脂質 37.4 炭水化物 234.7 カルシウム 428 食塩相当量 7.3	エネルギー 1554 タンパク 48.5 脂質 48.9 炭水化物 232.3 カルシウム 208 食塩相当量 6.8	エネルギー 1501 タンパク 55 脂質 41.5 炭水化物 224.3 カルシウム 303 食塩相当量 6.9

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。