2026年4月★普通食献立表

※粥食や治療食については患者様ごとにメニューが異なることをご了承ください。

	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
朝			米飯 味噌汁(牛蒡・貝割) ゆずおろし肉団子 小松菜とかにの和え物 牛乳	米飯 味噌汁(揚げ・冬瓜) 納豆 ｷｬﾍﾞﾂと卵の炒め物 牛乳	米飯 味噌汁(とろろ昆布・畑菜) さけの塩焼き ｲﾝｹﾞﾝの炒め物 牛乳	米飯 味噌汁(大根・ﾓﾛﾍｲﾔ) スクランブルエッグ もやしのごまドレ和え 牛乳	米飯 味噌汁(小松菜・麩) はんぺんチーズ焼き オクラとカニカマの和え物 牛乳
昼			醤油ラーメン 南瓜のバター煮 ミルクプリン	米飯 味噌汁(青梗菜・ｴﾉｷ) 赤魚の柚庵焼き ふきの金平 胡瓜の酢の物 フルーツ(オレンジ)	親子丼 味噌汁(高野豆腐・葱) シュウマイ ブロッコリーとツナのサラダ ビタミンゼリー	米飯 味噌汁(じゃが芋・菜の花) 白身魚のきのこあんかけ なすのポン酢かけ 春雨サラダ フルーツ(マンゴー)	米飯 かきたま汁 肉団子の酢豚風 大豆と昆布の煮物 キャベツのサラダ フルーツ(バナナ)
夕			米飯 中華スープ(ワカメ・しめじ) さばのみそ煮 鶏のオイスター炒め 白菜のしその実和え	米飯 味噌汁(豆腐・あさり) 豚肉のハニーマスタード焼き 玉葱とﾋﾟｰﾏﾝのケチャップ炒め ほうれん草磯かけ	米飯 味噌汁(白菜・つみれ) 揚げ豆腐の五目あん ポテトのｺﾝｿﾒ炒め 春菊のわさび醤油和え	米飯 コンソメスープ(ベーコン) チキンピカタ ﾎｳﾚﾝ草のバターソテー チーズサラダ	米飯 味噌汁(牛蒡・大根菜) あじの蒲焼風 白菜の煮浸し いんげんそぼろ和え
栄養価			エネルギー 1715kcal 食塩 6.5g たんぱく質 70.8g 炭水化物 259.5g 脂質 51g 食物繊維 17.9g	エネルギー 1661kcal 食塩 6.9g たんぱく質 70.1g 炭水化物 269.8g 脂質 40.4g 食物繊維 23.3g	エネルギー 1704kcal 食塩 7.2g たんぱく質 72.8g 炭水化物 288g 脂質 35g 食物繊維 21.8g	エネルギー 1685kcal 食塩 6.9g たんぱく質 64.7g 炭水化物 270.7g 脂質 43.9g 食物繊維 18.4g	エネルギー 1662kcal 食塩 7g たんぱく質 67.1g 炭水化物 282.3g 脂質 34.4g 食物繊維 22.5g

	月	火	水	木	金	土	日
	6	7	8	9	10	11	12
朝	米飯 味噌汁(玉葱・オクラ) 大根えびあんかけ もやしの中華和え 牛乳	米飯 味噌汁(卵) ちくわとピーマンの炒め物 冷奴 牛乳	米飯 味噌汁(冬瓜・畑菜) 納豆 ｶﾘﾌﾗﾜｰのガーリックソテー 牛乳	米飯 味噌汁(はんぺん・青梗菜) さばの醤油煮 いんげんの炒め煮 牛乳	米飯 味噌汁(すりみ・なめこ) オムレツ オクラととびっこのわさび醤油 牛乳	米飯 味噌汁(ふき・椎茸) 高野豆腐の煮物 小松菜ののり和え 牛乳	米飯 味噌汁(もやし・つみれ) スクランブルエッグ キャベツの炒め煮 牛乳
昼	米飯 味噌汁(かぶ・葱) 白身魚フライ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾊﾑのｵｲｽﾀｰ炒め タマゴサラダ フルーツ(オレンジ)	米飯 味噌汁(芋・しろな) ハンバーグトマトソースかけ ベーコンの野菜炒め 春雨サラダ フルーツ(キウイ)	とろろうどん えびシューマイ ビタミンゼリー	米飯 味噌汁(うまい菜・里芋) かき揚げ 鶏肉と野菜の中華炒め 白菜の梅和え フルーツ(バナナ)	シーフードカレー コンソメスープ(キャベツ) ポテトサラダ フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁(牛蒡・人参) ほきの香味焼き なすのみそ炒め ｽﾅｯﾌﾟえんどうのサラダ フルーツ(マンゴー)	米飯 中華スープ(豆腐・かにかま) 青椒肉絲 ふろふき大根 菜の花生姜和え フルーツ(パイン)
夕	米飯 味噌汁(揚げ・しめじ) 肉じゃが ｲﾝｹﾞﾝのコンソメソテー 春菊のごま和え	米飯 味噌汁(とろろ昆布・高野豆腐) ますの竜田焼き 茄子の煮浸し 人参のじゃこ和え	米飯 味噌汁(麩・葱) かに卵蒸し ピリ辛海鮮炒め 胡瓜のみそマヨ和え	米飯 味噌汁(なす・大根菜) 豚肉の生姜焼き ほうれん草のバター炒め 大根と若布の酢の物	米飯 味噌汁(白菜・揚げ) 赤魚のおろし煮 青梗菜のオイスター炒め カリフラワーのごま和え	米飯 味噌汁(とろろ昆布・葱) プルコギ風 ツナポテト 春菊とちくわのお浸し	米飯 味噌汁(麩・えのき茸) あじの塩麹焼き がんもの煮物 ごぼうサラダ
栄養価	エネルギー 1683kcal 食塩 7.3g たんぱく質 61.1g 炭水化物 290.9g 脂質 37.8g 食物繊維 24.5g	エネルギー 1703kcal 食塩 7.3g たんぱく質 63.6g 炭水化物 280.8g 脂質 41.2g 食物繊維 20.6g	エネルギー 1700kcal 食塩 7.1g たんぱく質 58.5g 炭水化物 274.9g 脂質 44.6g 食物繊維 17.5g	エネルギー 1664kcal 食塩 6.6g たんぱく質 58.8g 炭水化物 291.3g 脂質 35.7g 食物繊維 23.3g	エネルギー 1651kcal 食塩 7.1g たんぱく質 61.1g 炭水化物 276.7g 脂質 39.5g 食物繊維 20.2g	エネルギー 1673kcal 食塩 7g たんぱく質 68.1g 炭水化物 279.8g 脂質 38.5g 食物繊維 23.7g	エネルギー 1692kcal 食塩 7.3g たんぱく質 67.3g 炭水化物 272.8g 脂質 43.6g 食物繊維 21.5g

	月	火	水	木	金	土	日
	13	14	15	16	17	18	19
朝	米飯 味噌汁(小松菜・麩) ひじきと厚揚げの煮物 オクラのおかか和え 牛乳	米飯 味噌汁(とろろ昆布・つみれ) 納豆 白菜の炒め煮 牛乳	米飯 味噌汁(かぶ・揚げ) スクランブルエッグ 青梗菜のなめ茸和え 牛乳	米飯 味噌汁(玉ねぎ・椎茸) つくね とろろ芋 牛乳	米飯 味噌汁(卵・畑菜) はんぺんチーズ焼き いんげんごま和え 牛乳	米飯 味噌汁(卵・畑菜) はんぺんチーズ焼き いんげんごま和え 牛乳	米飯 味噌汁(厚揚げ・貝割れ) オムレツ 茄子のお浸し 牛乳
昼	五目チャーハン 中華スープ(はんぺん・葱) 豚と青梗菜の中華炒め ブロッコリーのフレンチドレ和え フルーツカクテル	米飯 味噌汁(うまい菜・えのき茸) ポークチャップ いんげんのソテー もやしとツナの和え物 フルーツ(オレンジ)	五目にゅうめん 南瓜のバター煮 ミルクプリン	米飯 味噌汁(しめじ・畑菜) ご当地唐揚げ(山梨) 里芋の含め煮 小松菜のドレ和え フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁(キャベツ・麩) 麻婆豆腐 帆立とﾌﾞﾛｯｺﾘｰのソテー 菜の花のかにかま和え フルーツ(パイン)	米飯 味噌汁(キャベツ・麩) 麻婆豆腐 帆立とﾌﾞﾛｯｺﾘｰのソテー 菜の花のかにかま和え フルーツ(パイン)	米飯 味噌汁(もやし・葱) たらのバター醤油焼き 冬瓜のそぼろあん 白菜の和え物 フルーツ(キウイ)
夕	米飯 味噌汁(牛蒡・人参) チキンのガーリックマヨパン粉焼 大根とあさりの煮物 煮豆	米飯 味噌汁(麩・キャベツ) さわらの幽庵焼き ビーフンのそぼろ炒め しろなの中華和え	米飯 味噌汁(豆腐・貝割れ) 回鍋肉 蒸しシューマイ 胡瓜のごま酢和え	米飯 味噌汁(さつま芋・人参) 赤魚の薬味だれ 春雨の炒り煮 もずく酢	米飯 すまし汁(若布・えのき茸) ほきの味噌焼き こんにゃく炒り かぼちゃサラダ	米飯 すまし汁(若布・えのき茸) ほきの味噌焼き こんにゃく炒り かぼちゃサラダ	米飯 味噌汁(ほうれん草・牛蒡) 蒸し鶏ごまだれかけ カレービーフン オクラの浅漬け
栄養価	エネルギー 1703kcal 食塩 6.6g たんぱく質 58.8g 炭水化物 277.4g 脂質 45.9g 食物繊維 21.8g	エネルギー 1680kcal 食塩 6.9g たんぱく質 78.7g 炭水化物 276.9g 脂質 35.3g 食物繊維 22.4g	エネルギー 1721kcal 食塩 6.6g たんぱく質 60.1g 炭水化物 264.1g 脂質 51.8g 食物繊維 18.6g	エネルギー 1654kcal 食塩 6.8g たんぱく質 59.5g 炭水化物 288.6g 脂質 34.1g 食物繊維 18.4g	エネルギー 1663kcal 食塩 7.1g たんぱく質 70.5g 炭水化物 276.4g 脂質 35.9g 食物繊維 21.4g	エネルギー 1663kcal 食塩 7.1g たんぱく質 70.5g 炭水化物 276.4g 脂質 35.9g 食物繊維 21.4g	エネルギー 1675kcal 食塩 6.8g たんぱく質 66.1g 炭水化物 274.4g 脂質 41.5g 食物繊維 20.7g

	月	火	水	木	金	土	日
	20	21	22	23	24	25	26
朝	米飯 味噌汁(ふき) さけの塩焼き ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのゆずみそ和え 牛乳	米飯 味噌汁(青梗菜・はんぺん) 大豆とひじきの煮物 じゃこと大根おろしの和風和え 牛乳	米飯 味噌汁(冬瓜・ねぎ) がんもの煮物 小松菜の梅和え 牛乳	米飯 味噌汁(つみれ・人参) スクランブルエッグ 菜の花とささみの和え物 牛乳	米飯 味噌汁(里芋・大根菜) 納豆 チンゲン菜のなめ茸和え 牛乳	米飯 味噌汁(豆腐・うまい菜) ミートボール いんげんの甘辛炒め 牛乳	米飯 味噌汁(とろろ昆布・貝割) 炒りどうふ 白菜の生姜和え 牛乳
昼	三色丼 味噌汁(しめじ・豆腐) 揚げなすの煮浸し 菜の花のからし和え フルーツ(オレンジ)	たぬきそば 高野豆腐の含め煮 杏仁風デザート	筍の釜めし スープ(かにかま・ｺｰﾝ) 桜えびクリーミーコロッケ 南瓜シューマイ 白菜とかまぼこの和え物 大根なます あまおう苺のフロマージュ	米飯 味噌汁(揚げ・葱) あじの照り焼き 大根のえびあんかけ 長芋とオクラの和え物 フルーツ(パイン)	米飯 味噌汁(白菜・なめこ) 豚肉の生姜焼き 南瓜のバター煮 しらすおろし和え レモンゼリー	米飯 豚汁 たらの野菜あんかけ かぶのさっぱり和え フルーツ(白桃缶)	米飯 味噌汁(大根・大根菜) 梅しそ鶏天ぷら 卵とじ ほうれん草のナムル フルーツ(バナナ)
夕	米飯 味噌汁(じゃが芋・揚げ) さわらの香味焼き 大根の煮物 厚揚げと胡瓜の酢味噌和え	米飯 味噌汁(えのき茸・牛蒡) ポークカツレツ ブロッコリーのソテー キャベツのゆかり和え	米飯 味噌汁(しろな・若布) さばの塩焼き 肉野菜炒め 春雨の中華和え	米飯 味噌汁(麩・畑菜) 肉豆腐 ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳとあさり中華炒め 胡瓜の浅漬け	米飯 味噌汁(さつま芋) 煮魚(赤魚) いかの塩麹炒め フレンチサラダ	米飯 味噌汁(若布・オクラ) 和風ハンバーグ つきこん子和え 豆サラダ	米飯 すまし汁(青梗菜・揚げ) ほっけのみそつけ焼き ｷｬﾍﾞﾂとさつま揚げの炒り煮 春菊のごま和え
栄養価	エネルギー 1725kcal 食塩 7.1g たんぱく質 75.8g 炭水化物 264.4g 脂質 46.4g 食物繊維 20.7g	エネルギー 1688kcal 食塩 6.8g たんぱく質 66.5g 炭水化物 269.3g 脂質 42.1g 食物繊維 22.1g	エネルギー 1769kcal 食塩 7.4g たんぱく質 59g 炭水化物 277.8g 脂質 53.6g 食物繊維 18.1g	エネルギー 1675kcal 食塩 7.2g たんぱく質 70.6g 炭水化物 273.3g 脂質 39.5g 食物繊維 19.8g	エネルギー 1702kcal 食塩 7g たんぱく質 67.9g 炭水化物 286.8g 脂質 39.1g 食物繊維 22.5g	エネルギー 1695kcal 食塩 7g たんぱく質 66.7g 炭水化物 287.4g 脂質 35.5g 食物繊維 22.6g	エネルギー 1664kcal 食塩 6.7g たんぱく質 67.5g 炭水化物 271g 脂質 40.5g 食物繊維 21g

	月	火	水	木	金	土	日
	27	28	29	30			
朝	米飯 味噌汁(ふき) かに玉風卵焼き オクラと竹輪の和え物 牛乳	米飯 味噌汁(厚揚げ・なめこ) ゆずおろし肉団子 チンゲン菜のしらす和え 牛乳	米飯 味噌汁(玉葱・えのき) お魚豆腐の甘酢がらめ 切干大根の煮物 牛乳	米飯 味噌汁(南瓜) 納豆 もやしの和風和え 牛乳			
昼	米飯 すまし汁(若布・人参) さばのみそ煮 ハムと白菜のｶﾚｰｿﾃｰ ポテトサラダ フルーツ（パイン）	米飯 味噌汁(高野豆腐・貝割) 鶏肉の塩麹焼き エビシューマイ キャベツのしそ生姜風味 フルーツ(オレンジ)	味噌ラーメン 焼餃子 フルーツ(キウイ)	米飯 味噌汁(菜の花・揚げ) たらのポテトチーズ焼き ふきの炒り煮 イカと胡瓜の酢の物 フルーツ(バナナ)			
夕	米飯 味噌汁(ごぼう・うまい菜) 焼き肉 豆腐のあんかけ ブロッコリーのドレ和え	米飯 味噌汁(つみれ・白葱) 白身魚のから揚げ 里芋のごま味噌煮 ほうれん草のお浸し	米飯 味噌汁(茄子・大根菜) ぎせい豆腐 冬瓜とかにかまの煮物 ひじきのサラダ	米飯 味噌汁(とろろ昆布・葱) ポークソテー ﾏｶﾛﾆｹﾁｬｯﾌﾟ炒め 白菜しその実和え			
栄養価	エネルギー 1731kcal 食塩 6.8g たんぱく質 66.9g 炭水化物 277g 脂質 46.6g 食物繊維 20.4g	エネルギー 1722kcal 食塩 5.7g たんぱく質 68.3g 炭水化物 272.6g 脂質 46.4g 食物繊維 18.5g	エネルギー 1682kcal 食塩 6.3g たんぱく質 64.7g 炭水化物 259.4g 脂質 48.6g 食物繊維 20.2g	エネルギー 1683kcal 食塩 7.1g たんぱく質 74.9g 炭水化物 283.7g 脂質 34.4g 食物繊維 21.8g			