

# 予定献立表

厨知-12-38-2

特別養護老人ホーム知多

令和8年4月1日～令和8年4月7日

|    | 4月1日(水)  | 4月2日(木)  | 4月3日(金)  | 4月4日(土)   | 4月5日(日)  | 4月6日(月)  | 4月7日(火)  |
|----|--|--|--|---|--|--|--|
| 朝食 | ご飯<br>みそ汁(とうがん、葱)<br>がんもどきの含め煮<br>れんこんサラダ(朝食用)<br>漬物<br>牛乳           | ご飯<br>みそ汁(舞茸、あさつき)<br>切り昆布の煮物<br>小松菜のわさび和え<br>かつお節味噌<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(ぶなしめじ、麩)<br>ハムと野菜のソテー<br>金時豆<br>ふりかけ<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(豆腐、葱)<br>切干大根の煮付<br>ほうれん草のおかか和え<br>漬物<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(茄子、葱)<br>お魚豆腐の煮物<br>ふきのお浸し<br>昆布佃煮<br>牛乳     | ご飯<br>みそ汁(キャベツ、あさつき)<br>かみつみれの煮物<br>さつまいもの白和え(朝食用)<br>ふりかけ<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(なめこ、あさつき)<br>れんこんと昆布の煮物(朝食用)<br>白菜のわさび和え<br>漬物<br>牛乳 |
| 昼食 | ご飯<br>鮭のバターしょうゆ焼<br>ブロッコリーとベーコンの和風炒め<br>根みつばと玉ねぎのお浸し<br>みそ汁(チンゲン菜、麩) | ご飯<br>鶏ももの塩麹焼き<br>変わりきんぴら<br>キャベツの梅和え<br>みそ汁(豆腐、玉ねぎ)       | きしめん<br>海老天とかき揚げ<br>春菊のなめたけ和え                        | ご飯<br>さわらの香味焼<br>かぼちゃの煮付<br>カリフラワーのピーナッツ和え<br>中華スープ   | ご飯<br>豚肉のねぎ塩焼き<br>ビーフンソテー<br>オクラのわさび和え<br>みそ汁(えのき、玉ねぎ) | 親子丼<br>ほうれん草とベーコンの和風炒め<br>大根の塩昆布和え<br>清汁                         | ご飯<br>エビのフリッター<br>チンゲン菜の炒めもの<br>きゅうりのドレッシング和え<br>コンソメスープ       |
| 間食 | バナナ  | ストロベリーゼリー  | コーヒーゼリー  | パインゼリー  | ヨーグルト  | グレープゼリー  | オレンジ   |
| 夕食 | ご飯<br>千草焼<br>うの花炒り<br>長芋のポン酢和え                                       | ご飯<br>さばのみそ漬け焼き<br>里芋の煮物<br>なすの生姜和え                        | ご飯<br>めばるのしょうが焼き<br>筍の土佐煮<br>さつまいもサラダ                | ご飯<br>牛肉のスタミナ炒め<br>白菜のクリーム煮<br>アスパラガスのサラダ             | ご飯<br>ほっけの照り焼き<br>ポトフ風<br>小松菜の和え物                      | ご飯<br>カレイのムニエル<br>セロリと野菜の金平<br>ごぼうドレ和え                           | ご飯<br>擬製豆腐<br>若竹煮<br>長芋のゆかり和え                                  |

# 予定献立表

厨知-12-38-2  
特別養護老人ホーム知多

令和8年4月8日～令和8年4月14日

|    | 4月8日(水)  | 4月9日(木)   | 4月10日(金)   | 4月11日(土)   | 4月12日(日)   | 4月13日(月)   | 4月14日(火)  |
|----|--|---|--|--|--|--|---|
| 朝食 | ご飯<br>みそ汁(舞茸、油揚げ)<br>ひじきの煮物<br>アスパラのツナ和え<br>たいみそ<br>牛乳       | ご飯<br>みそ汁(玉ねぎ、葱、わかめ)<br>高野豆腐の含め煮<br>春菊のゆず味噌和え<br>漬物<br>牛乳 | 食パン<br>コンソメスープ<br>オムレツ<br>大根の青じそ和え<br>いちごジャム<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(なめこ、葱)<br>切り昆布の煮物<br>もやしの和え物<br>ふりかけ<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(えのき、あさつき、油揚げ)<br>里芋のそぼろ煮<br>大根のゆかり和え<br>漬物<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(じゃがいも、玉葱)<br>金平ごぼう<br>いんげんのピーナッツ和え<br>もろみ風味噌<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(舞茸、麩)<br>切干大根の煮付<br>青菜の磯和え<br>ふりかけ<br>牛乳      |
| 昼食 | ご飯<br>赤魚の生姜焼<br>とうがんのそぼろあんかけ<br>ほうれん草のおかか和え<br>みそ汁(キャベツ、わかめ) | 山菜うどん<br>炒り豆腐<br>なすのごま和え                                  | チキンカレー<br>ハムカツ<br>コールスローサラダ                        | ご飯<br>デミグラスハンバーグ<br>ほうれん草の和風炒め<br>マカロニサラダ<br>ワカメスープ  | ご飯<br>白身魚のピカタ<br>白菜とベーコンの炒め物<br>枝豆とトマトの和え物<br>みそ汁(しめじ、麩)   | 野菜炒めラーメン<br>ギョーザ<br>カリフラワーのマヨ和え                              | 菜めし<br>さわらの幽庵焼<br>高野豆腐の卵とじ<br>オクラのポン酢風味<br>みそ汁(なす、あさつき) |
| 間食 | フルーツ寒天   | ヨーグルト   | メロンゼリー   | オレンジゼリー  | フルーチェ  | プリン  | レモンゼリー  |
| 夕食 | ご飯<br>鶏肉の梅肉焼き<br>さつまいもの甘煮<br>もやしの辛子和え                        | ご飯<br>豚肉のガーリックオニオンダレ<br>長芋の煮物<br>トマトサラダ                   | ご飯<br>めばるのごま焼き<br>ごぼうの煮物<br>金時豆                    | ご飯<br>あじの生姜煮<br>かぼちゃのソテー<br>れんこんのドレ和え                | ご飯<br>厚揚げのねぎ味噌焼き<br>ぜんまい炒め<br>小松菜のおかか和え                    | ご飯<br>ぶりの照焼<br>菜の花の炒め物<br>きゅうりのドレッシング和え                      | ご飯<br>牛肉と長芋の炒め煮<br>ブロッコリーのソテー<br>豆苗と玉ねぎのお浸し             |

# 予定献立表

厨知-12-38-2

特別養護老人ホーム知多

令和8年4月15日～令和8年4月21日

|    | 4月15日(水)   | 4月16日(木)   | 4月17日(金)  | 4月18日(土)   | 4月19日(日)  | 4月20日(月)   | 4月21日(火)  |
|----|--|--|---|--|---|--|---|
| 朝食 | ご飯<br>みそ汁(もやし、葱、油揚げ)<br>かにつみれの煮物<br>れんこんサラダ(朝食用)<br>漬物<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(小松菜、葱)<br>うの花炒り<br>カリフラワーのツナ和え<br>漬物<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(ナス、あさつき)<br>ごぼうの旨煮<br>いんげんの辛子和え<br>のりつくだ煮<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(えのき、葱)<br>お魚豆腐の煮物<br>青菜と昆布のおひたし(朝食用)<br>漬物<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(なめこ、玉葱)<br>ひじきの煮物<br>白菜の浅漬<br>金山寺味噌<br>牛乳 | 食パン<br>コンソメスープ<br>ス克蘭ブルエック<br>キウリとササミの和え物<br>ブルーベリージャム<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(茄子、あさつき)<br>切り昆布の煮物<br>オクラの生姜和え<br>ふりかけ<br>牛乳 |
| 昼食 |  | 中華丼<br>蒸しシューマイ<br>大根のおかか和え<br>中華スープ                  | ご飯<br>スペニッシュオムレツ<br>華風炒め<br>きゅうりの梅和え<br>コーンクリームスープ        | ご飯<br>鶏肉のゆず胡椒焼き<br>里芋のそぼろ煮<br>根みつばと野菜のお浸し<br>清汁            | ご飯<br>赤魚粕漬焼き<br>長芋の煮付<br>いんげんのごま和え<br>みそ汁(チンゲン菜、豆腐) | ビーフカレー<br>ほうれん草のバター炒め<br>ブロッコリーのマヨネーズ和え                      | きつねそば<br>だし巻き卵<br>里芋の梅和え                                |
| 間食 |  | バナナ  | ベリーミックスゼリー  | りんごゼリー   | ヨーグルト   | ピーチゼリー   | コーヒーゼリー   |
| 夕食 | ご飯<br>ほっけの煮つけ<br>山菜の煮物<br>ほうれん草のわさび和え                        | ご飯<br>タラのコンソメバターソテー<br>スパソテー<br>さつまいものごまドレ和え         | ご飯<br>厚揚げとねぎの炒め物<br>れんこん炒め<br>春菊のピーナッツ和え                  | ご飯<br>鮭のみそマヨネーズ焼<br>もやしとニラのソテー<br>枝豆とトマトの和え物               | ご飯<br>肉団子の甘酢あんかけ<br>キャベツの炒め物<br>オクラのゆかり和え           | ご飯<br>さばの塩焼<br>大根の金平風<br>もやしの辛子和え                            | ご飯<br>厚揚げの明太マヨネーズ焼<br>れんこんの煮物<br>小松菜のおひたし               |

# 予定献立表

厨知-12-38-2

特別養護老人ホーム知多

令和8年4月22日～令和8年4月28日

|    | 4月22日(水)   | 4月23日(木)  | 4月24日(金)   | 4月25日(土)   | 4月26日(日)   | 4月27日(月)   | 4月28日(火)   |
|----|--|---|--|--|--|--|--|
| 朝食 | ご飯<br>みそ汁(大根、玉ねぎ)<br>アジの塩焼き<br>もやしのおかか和え<br>漬物<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(白菜、玉葱)<br>かみつみれの煮物<br>とろろ<br>漬物<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(冬瓜、あさつき)<br>ウィンナーと野菜の炒め物<br>紅あずまサラダ(朝食用)<br>昆布佃煮<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(えのき、あさつき)<br>切干大根の煮付<br>キャベツのわさび和え<br>漬物<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(油揚げ、わかめ、葱)<br>里芋のそぼろ煮<br>根みつばと玉ねぎの柚子胡椒和え<br>のりつくだ煮<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(白菜、あさつき)<br>お魚豆腐の煮物<br>ふきのお浸し<br>鯛味噌<br>牛乳 | ご飯<br>みそ汁(えのき、葱)<br>高野豆腐の寄せ煮<br>胡瓜と蟹カマの和え物<br>山椒ちりめん<br>牛乳 |
| 昼食 | ご飯<br>回鍋肉<br>さつまいもの甘煮<br>春菊のゆず和え<br>みそ汁(なめこ、ねぎ)      | 五目御飯<br>揚げ出し豆腐のなめこあん<br>筍のソテー<br>焼きなすの二杯酢<br>清汁 | ご飯<br>鮭のバターしょうゆ焼<br>チンゲンサイの中華炒め<br>ひじきサラダ<br>ワンタンスープ             | ご飯<br>ぶりの蒲焼き<br>白菜とほたての煮物<br>ほうれん草のごま和え<br>みそ汁(しめじ、葱)    | ご飯<br>カニ玉<br>れんこんの煮付<br>胡瓜のマヨネーズ和え<br>中華スープ                        | ご飯<br>さわらの西京焼<br>なすの煮物<br>菜の花のわさび和え<br>清汁            | ご飯<br>鶏肉の明太マヨネーズ焼き<br>長芋の煮物<br>アスパラのドレッシング和え<br>ワカメスープ     |
| 間食 | フルーツヨーグルト  | オレンジ  | マスカットゼリー   | ストロベリーゼリー  | フルーチェ  | オレンジゼリー  | バナナ  |
| 夕食 | ご飯<br>めばるのごま焼き<br>しらたきのピリ辛炒め<br>卵豆腐                  | ご飯<br>ピザ風はんぺん<br>ふきの煮物<br>小松菜の辛子和え              | ご飯<br>肉じゃが<br>うの花炒り<br>いんげんの生姜和え                                 | ご飯<br>海老のオイスターソース炒め<br>長芋の煮物<br>筍の梅味噌和え                  | ご飯<br>豚肉のしょうが炒め<br>がんもどきの煮付<br>オクラのポン酢風味                           | ハヤシライス<br>かぼちゃのソテー<br>キャベツのサラダ                       | ご飯<br>ほっけの照り焼き<br>青菜とエビの炒め物<br>セロリと玉ねぎの和え物                 |

# 予定献立表

厨知-12-38-2  
特別養護老人ホーム知多

令和8年4月29日～令和8年4月30日

|    | 4月29日(水)   | 4月30日(木)  |  |  |  |  |  |
|----|--|---|--|--|--|--|--|
| 朝食 | ご飯<br>みそ汁(豆腐、あさつき)<br>ひじきの煮物<br>白菜の酢の物<br>漬物<br>牛乳 | 食パン<br>ワカメスープ<br>ウィンナーソテー<br>南瓜のサラダ<br>りんごジャム<br>牛乳 |  |  |  |  |  |
| 昼食 | ご飯<br>揚げつけカレー<br>じゃが芋の金平<br>炒り卵和え<br>みそ汁(もやし、玉ねぎ)  | シーフードカレー<br>ミニコロッケ<br>大根とコーンのサラダ                    |  |  |  |  |  |
| 間食 | フルーツ(もも、みかん)                                       | 牛乳プリン   |  |  |  |  |  |
| 夕食 | ご飯<br>チンジャオロース<br>キャベツとベーコンのコンソメ煮<br>トマトのサラダ       | ご飯<br>白身魚のバジルソテー<br>マカロニソテー<br>菜の花のゆず和え             |  |  |  |  |  |