

長谷工シニアウェルデザインーブランドシールケア常盤台

		2026年4月5日(日)	2026年4月6日(月)	2026年4月7日(火)	2026年4月8日(水)	2026年4月9日(木)	2026年4月10日(金)	2026年4月11日(土)
朝食	和食	ご飯 焼き豆腐煮物 青菜ごま和え 味噌汁	ご飯 煮物のそばろあん 卵和え 味噌汁	ご飯 キャベツの卵とじ お浸し 味噌汁	ご飯 ホッケ焼き魚 納豆 味噌汁	ご飯 さわら塩焼き 切干大根 味噌汁	ご飯 炒り卵 焼き竹輪煮物 味噌汁	2色パン ウイナーソーテ トマトスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	465kcal 19g 2.7g	508kcal 20g 2.9g	458kcal 20g 2.9g	457kcal 20g 2.8g	466kcal 20g 2.6g	487kcal 21g 2.9g
	洋食	食パン フランクソテー スープ	食パン 目玉焼き スープ	食パン キャベツのソテー スープ	食パン スクランブルエッグ スープ	食パン 鱈のバター焼き スープ	食パン オムレツ スープ	2色パン ウイナーソーテ トマトスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	470kcal 17g 2.7g	503kcal 20g 2.7g	457kcal 20g 2.7g	445kcal 19g 2.6g	507kcal 21g 2.8g	486kcal 21g 2.9g
昼食	昼食	ご飯 白身魚の照り焼き マカロニサラダ こんにゃくの煮物 吸い物 お新香	枝豆ちらし寿司 揚げ茄子味噌煮 お浸し 吸い物	ご飯 さばのみりん焼き おから炒め 青菜和え 味噌汁 お新香	ご飯 あぶ玉 煮物 ナメ茸和え 味噌汁	ご飯 太刀魚生姜煮 マーボー春雨 おなか和え 味噌汁 お新香	五目にゆう麵 塩昆布和え 抹茶ババロア お新香	ご飯 えびシュウマイ じゃが芋炒め煮 浅漬け 味噌汁
		エネルギー たんぱく質 食塩	563kcal 27g 3.0g	610kcal 28g 3.1g	574kcal 25g 3.1g	593kcal 24g 3.0g	613kcal 25g 3.0g	572kcal 25g 3.1g
夕食	夕食	ご飯 スコッチエッグ フルーツヨーグルト 海鮮サラダ スープ デザート (イースター菓子)	ご飯 お刺身 金平大根 卸和え 味噌汁 デザート (果物)	ご飯 牛肉の甘煮 スパゲッティーサラダ お浸し 吸い物 デザート (レアチーズケーキ)	春の暦膳 	ご飯 長いも肉じゃが風 おひたし ドレッシング和え 吸い物 デザート (果物)	ご飯 ホキの唐揚香味だれ 鶏肉・玉葱炒め煮 青菜ごま和え 味噌汁 デザート (和菓子)	ご飯 豚肉・絹さや炒め 焼き豆腐煮込み ポン酢和え 吸い物 デザート (果物)
		エネルギー たんぱく質 食塩	610kcal 26g 3.0g	532kcal 28g 3.0g	607kcal 25g 3.1g		550kcal 25g 3.0g	608kcal 27g 3.1g

献立は予告無く変更することがあります。

4月5日は「イースター」です。春になり冬眠から目覚めた動物たちが動き始めたり、植物が再び育ち始めたりするのを祝うお祭りです。新しい命が生れる卵が復活の象徴とされており卵料理を食べるそうです。当日はスコッチエッグを予定しております。

各フロアでお食事の方のデザートは15時となっております。



