

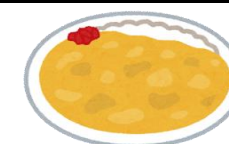
長谷工シニアウエルデザインーブランドシエールケア常盤台

		2026年4月26日(日)	2026年4月27日(月)	2026年4月28日(火)	2026年4月29日(水)	2026年4月30日(木)	2026年5月1日(金)	2026年5月2日(土)
朝食	和食	ご飯 味噌奴豆腐 竹輪金平 味噌汁	ご飯 焼き半ペン 五目煮豆 味噌汁	ご飯 鮭の塩焼き ドレッシング和え 味噌汁	ご飯 たきあわせ 納豆 味噌汁	ご飯 親子煮 かまぼこ卸し和え 味噌汁	ご飯 生揚げ煮物 もやしの青じそ和え 味噌汁	ホワイトロース・バター 彩リオムレツ スープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	504kcal 20.3g 2.0g	421kcal 18.0g 2.2g	380kcal 20.5g 2.0g	457kcal 20.0g 1.8g	452kcal 18.5g 1.8g	477kcal 17.3g 2.1g
	洋食	食パン 豆腐サラダ スープ	食パン スクランブルエッグ スープ	食パン サーモンサラダ スープ	食パン オムレツ スープ	食パン フランクソテー スープ	食パン 生揚げの炒め物 味噌汁	ホワイトロース・バター 彩リオムレツ スープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	509kcal 21.9g 2.2g	409kcal 19.2g 2.2g	426kcal 20.6g 2.1g	467kcal 18.7g 2.0g	451kcal 19.6g 2.3g	483kcal 18.7g 2.0g
昼食	昼食	チキンピラフ コールスローサラダ コーヒーゼリー スープ 福神漬け	ご飯 魚の焼き漬け 南瓜のそぼろあんかけ わさび和え 味噌汁 お新香	ご飯 卵焼き・きのこあんかけ がんも煮物 中華くらげのサラダ 味噌汁 お新香	昭和風黄色いカレー トマトサラダ スープ お新香	ご飯 鶏つくね甘辛煮 サラダ こんにゃくのごまあえ 味噌汁 お新香	野菜タン麺 ねばねばサラダ キャラメルプリン お新香	そぼろ丼 五目煮豆 牛乳寒天 吸い物 お新香
		エネルギー たんぱく質 食塩	556kcal 19.6g 3.5g	633kcal 27.0g 3.0g	594kcal 24.0g 3.0g	444kcal 16.1g 2.9g	575kcal 22.9g 2.9g	585kcal 25.3g 3.3g
夕食	夕食	ご飯 メバルの山椒焼き 野菜の旨煮 とろろ芋 吸い物 デザート (まんじゅう)	ご飯 焼き鳥 かぶの含め煮 お浸し 吸い物 デザート (果物)	ご飯 ぶり大根 八宝菜 酢物 味噌汁 デザート (練り切り)	ご飯 豚肉のみぞれ煮 グリーンサラダ 焼き茄子 味噌汁 デザート (果物)	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 胡瓜酢の物 ワサビ和え 吸い物 デザート (果物)	赤飯 鶏の唐揚 竹輪・里芋煮物 めかぶ和え 吸い物 デザート (果物)	ご飯 穴子の卵とじ 小松菜の辛子和え さつま芋甘煮 味噌汁 デザート (メロンムース)
		エネルギー たんぱく質 食塩	563kcal 27.4g 2.7g	573kcal 26.2g 2.6g	644kcal 25.9g 3.1g	708kcal 29.0g 3.0g	586kcal 26.1g 3.0g	542kcal 25.6g 302g

献立は予告無く変更することがあります。

昭和時代に流行した黄色いカレーのことを指します。このカレーは、昔ながらの製法で作られ、特に黄色い色合いが特徴です。昭和5年(1930年)に創業した水牛食品の「なつかしの昭和カレールウ」が、昭和10年(1935年)に誕生したとされています。

各フロアでお食事の方のデザートは15時になります



長谷工シニアウェルデザインープランシエールケア常盤台

2026年4月26日(日)	2026年4月27日(月)	2026年4月28日(火)	2026年4月29日(水)	2026年4月30日(木)	2026年5月1日(金)	2026年5月2日(土)
---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	--------------	--------------