



4月 献立一覧表

2026年4月 [高山ちどり]

			1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)
朝食			◎洋定食 丸ロール じゃが芋のソテー コーンサラダ 牛乳	◎和定食 青菜粥 ソーセージの炒め物 マスカットゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・りんごジャム しろ菜の中華煮 もやしのドレッシング和え 牛乳	◎和定食 わかめ雑炊 ｽﾀｯᴳᴳの和風炒め アセロラゼリー 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン 茄子のソース炒め ポテトサラダ 牛乳
昼食			◎お一日 栗赤飯 カレイの菜種焼き 茄子の煮物 和風オニオンサラダ かぼちゃのみそ汁	ごはん 豚肉と春野菜の炒め物 里芋の煮っころがし 胡瓜の酢の物 あげのみそ汁	◎A×ニュー オープンオムレツ ◎B×ニュー あじのムニエル・カレー風味 ◎共通料理◎ ごはん 野菜のクリーム煮 人参のマリネ コンソメスープ	五目あんかけ丼 かぼちゃのいとこ煮 小松菜のゆず和え 渦巻き麩のみそ汁	ごはん 肉味噌豆腐 レンコンの金平 マンゴー缶 そうめんのすまし汁
中間食			厚切りバウム	珈琲クリームワッフル	ドームケーキ(いちご)	抹茶プリン	パンケーキ(きなこ&黒糖蜜)
夕食			ごはん 蒸し鶏のごまダレ 揚げ出し豆腐 ほうれん草のお浸し	ごはん ぶりの煮付け からし菜の炒め物 マカロニサラダ	ごはん 肉団子と野菜の煮物 竹輪のおおさ炒め オクラの和え物	ごはん さわらの蒲焼き 金平ごぼう 大根サラダ	ごはん 鶏肉のわさび醤油焼き ブロッコリーの炒め物 ひじきの和風サラダ



4月 献立一覧表

2026年4月 [高山ちどり]

	6(月)	7(火)	8(水)	9(水)	10(金)	11(土)	12(日)
朝食	◎洋定食 ロールパン ボイルウインナー カリフラワーのサラダ 牛乳	◎和定食 五目雑炊 ピーマンの中華炒め ももゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・いちごジャム かぶのコンソメ煮 トマトパンネサラダ 牛乳	◎和定食 中華粥 野菜炒め アセロラゼリー 牛乳	◎洋定食 丸ロール カリフラワーのケチャップ炒め うの花サラダ 牛乳	◎和定食 芋粥 ウインナーの炒め物 マスカットゼリー 牛乳	◎洋定食 レーズントッパ マカロニのクリーム煮 人参サラダ 牛乳
昼食	☆焼きそば カニシューマイ ほうれん草のピーナツ和え かき玉汁	◎春の行楽弁当 赤かぶ青菜ごはん ①かつロールケーキ ②ヒレカツ ③菜の花の塩昆布和え ④炊き合わせ ⑤タラの木の芽焼き ⑥ミモザサラダ 花麩のすまし汁	ごはん 照り焼きハンバーグ ☆さつま芋のレモン煮 オクラのドレッシング和え 玉ねぎのみそ汁	◎Aメニュー 鶏肉のタルタル焼き ◎Bメニュー カレーの和風あんかけ ◎共通料理◎ ごはん 豆腐田楽 菜の花のお浸し 水菜のすまし汁	◎郷土料理(新潟県) ごはん のっぺ 白身魚フライ 黄桃缶 へぎそば	ごはん さばの味噌煮 うまい菜のそぼろ炒め ごぼうサラダ とろろ昆布のすまし汁	ごはん 鶏肉のオイスターソース炒め 大根の煮物 かぼちゃサラダ 麩のみそ汁
中間食	おかしなバナナ	やわらかおかき(砂糖醤油)	苺のムースケーキ	プリン	ソフトシュークリーム	しっとりどら焼き(こしあん)	ミニロールケーキ(マンゴー)
夕食	ごはん 白身魚の梅香煮 炒めビーフン インゲンのごま味噌和え	ごはん 鶏肉のソテー・ハーブマスタードソース 大豆の煮物 玉子豆腐	ごはん ぶりのしょうゆ麹焼き チンゲン菜の炒め物 なます	ごはん 千草焼き 野菜つみれの煮物 胡瓜とコーンのサラダ	ひき肉カレー(備蓄食) 福神漬け パプリカのマリネ ヨーグルト(ブルーベリーソース)	ごはん 豆腐と豚肉の和風あん じゃが芋のカレー風味炒め しろ菜の和え物	ごはん 銀ひらすの南部焼き 肉団子の煮物 ほうれん草の塩だれ和え



4月 献立一覧表

2026年4月 [高山ちどり]

	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	19(日)
朝食	◎洋定食 黒糖食パン 野菜の中華煮 コーンサラダ 牛乳	◎和定食 味噌雑炊 イカ団子の煮物 アセロラゼリー 牛乳	◎洋定食 ロールパン ポイルウインナー パプリカのサラダ 牛乳	◎和定食 五目雑炊 からし菜の炒り煮 グレープゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・りんごジャム ポトフ風 ポテトサラダ 牛乳	◎和定食 わかめ雑炊 チンゲン菜の炒め物 ももゼリー 牛乳	◎洋定食 丸ロール カリフラワーのソテー マカロニサラダ 牛乳
昼食	ごはん ぶりの幽庵焼き チンゲン菜の煮浸し ☆マンゴー缶 さつま芋のみそ汁	◎Aメニュー ポークチャップ ◎Bメニュー たらの香草焼き ◎共通料理◎ ごはん しろ菜のバター醤油炒め じゃが芋のマスタードサラダ コンソメスープ	◎いいごはん 豆ごはん あじの変わり揚げ 竹輪の甘辛炒め 菜の花のおかか和え ☆具沢山汁	◎Aメニュー 鶏肉のくわ焼き ◎面前提供(ダイ・本館2階) 天ぷら盛り合わせ ◎共通料理◎ ごはん 金平ごぼう 胡瓜とツナのサラダ 渦巻き麩のみそ汁	ごはん カレイの生姜煮 和風スパゲティー インゲンのドレッシング和え あげのみそ汁	ごはん 厚揚げとピーマンの味噌バター炒め 茄子の中華煮 しろ菜のナムル 白菜の中華スープ	ごはん 春雨と豚肉の炒め物(チャプチ風) 小松菜の煮浸し 大根の浅漬け かぼちゃのみそ汁
中間食	ドームケーキ(いちご)	クレープ(チョコ)	水ようかん	蒸しパン(静岡茶)	◎季節の和菓子 上生 蝶々	パンケーキ(きなこ&黒糖蜜)	珈琲クリームワッフル
夕食	ごはん オープンオムレツ(キーマカレー) ピーマンのソテー レンコンサラダ	ごはん 厚揚げと鶏肉の旨煮 焼き餃子 小松菜の和え物	ごはん 豚肉の塩だれ炒め ひじきの炒め煮 オクラの梅和え	ごはん 鮭の西京焼き 高野豆腐の含め煮 キャベツの塩昆布和え	ごはん 肉団子のデミグラスソース煮 クリームコロッケ ブロッコリーサラダ	ごはん 和風オープンオムレツ ☆さつま芋の含め煮 人参の青のりサラダ	ごはん さわらの明太マヨ焼き 大豆の煮物 菜の花の土佐酢和え



4月 献立一覧表

2026年4月 [高山ちどり]

	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	26(日)
朝食	◎洋定食 食パン・いちごジャム スナックエンドウのコンソメ煮 野菜サラダ 牛乳	◎和定食 中華粥 ブロッコリーのソース炒め マスカットゼリー 牛乳	◎洋定食 レーズントッパ マカロニのケチャップ炒め オニオンサラダ 牛乳	◎和定食 芋粥 白菜の炒り煮 青りんごゼリー 牛乳	◎洋定食 ロールパン ズッキーニのマスタード炒め 人参サラダ 牛乳	◎和定食 青菜粥 キャベツの中華炒め アセロラゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・りんごジャム スクランブルエッグ もやしのドレッシング和え 牛乳
昼食	◎Aメニュー 豆腐と海老の中華あん ◎Bメニュー さばの香味焼き ◎共通料理◎ ごはん シューマイ オクラの錦糸和え わかめの中華スープ	チキンカレー 福神漬け コーンサラダ ☆ヨーグルト(ストロベリーソース)	ごはん 豚肉の柚子胡椒炒め 炒り豆腐 しろ菜とじゃこの和え物 もやしのみそ汁	ごはん ぶりの塩麹焼き 大根の銀あん ほうれん草の酢味噌和え そうめんのすまし汁	きつねうどん 茄子のそぼろ炒め カリフラワーのサラダ	◎季節御膳 おかかと塩昆布の混ぜご飯 鶏のパン粉焼きグリーンピースソース かにのふわふわ豆腐のあんかけ 玉ねぎのサラダ 若竹汁 フルーツ杏仁	ごはん ハンバーグ ブロッコリーのソテー マカロニサラダ コンソメスープ
中間食	やわらかおかき(砂糖醤油)	厚切りバウム	しっとりどら焼き(こしあん)	ソフトシュークリーム	おかしなバナナ	苺のムースケーキ	プリン
夕食	ごはん ヒレカツ・トマトソース 洋風卵とじ ごぼうサラダ	ごはん あじの山椒煮 炒めビーフン からし菜のピーナツ和え	ごはん ☆白身魚のネギソース ピーマンの炒め物 かぼちゃサラダ	ごはん オープンオムレツ じゃが芋のクリーム煮 野菜のマリネ	ごはん 豆腐ステーキ 水餃子 インゲンの塩ナムル	ごはん たらの煮付け レンコンの甘辛炒め うまい菜のゆかり和え	ごはん さわらの梅香焼き しろ菜の煮浸し ごま豆腐



4月 献立一覧表

2026年4月 [高山ちどり]

	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
朝食	<p>◎洋定食</p> <ul style="list-style-type: none"> 丸ロール ピーマンのバター醤油炒め うの花サラダ 牛乳 	<p>◎和定食</p> <ul style="list-style-type: none"> わかめ雑炊 ソーセージの炒め物 グレープゼリー 牛乳 	<p>◎洋定食</p> <ul style="list-style-type: none"> レーズントッパ 肉団子のトマト煮 スパゲティサラダ 牛乳 	<p>◎和定食</p> <ul style="list-style-type: none"> 味噌雑炊 スナックエンドウの炒め物 ももゼリー 牛乳 		
昼食	<p>◎寿司の日</p> <ul style="list-style-type: none"> 春の散らし寿司 ☆かぼちゃの甘煮 小松菜の辛子和え 渦巻き麩の赤出汁 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん メンチカツ・海老フライ 切干大根の炒め煮 チンゲン菜のごま和え 玉ねぎのみそ汁 	<p>◎Aメニュー</p> <ul style="list-style-type: none"> 銀ひらすの蒲焼き <p>◎Bメニュー</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉の西京味噌焼き <p>◎共通料理◎</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 高野豆腐の含め煮 ごぼうサラダ 菜の花のすまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん あじの磯焼き 竹輪のカレー風味炒め 大根サラダ わかめのみそ汁 		
中間食	水ようかん	ミニロールケーキ(マンゴー)	蒸しパン(静岡茶)	クレープ(チョコ)		
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉の味噌煮 ほうれん草の炒め物 じゃが芋の塩昆布和え 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ふくさ卵 茄子の煮浸し オクラのポン酢和え 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉のオイスターソース炒め 大学芋風 うまい菜の生姜和え 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉の豆乳煮込み 春巻き 人参の青のりサラダ 		