

# 2026年 4月 光梨 献立表



よこはまりバーサイド泉Ⅱ光梨

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1日	2日	3日	4日
 <p>イースターは、キリスト教の復活祭です。「卵」は生命、「うさぎ」は多産のシンボルとしてイースターの象徴であり、イベントのモチーフに使われています。</p>		<p>お好み焼き 豆腐と野菜のスープ 鮭ご飯</p>	<p>胚芽ご飯 200g 鶏のから揚げ ほうれん草のなめたけ和え 味噌汁(大根)</p>	<p>胚芽ご飯 200g チャンプルー 鶏とじゃがいもの煮物 味噌汁(玉ねぎ)</p>	<p>焼き肉丼 さつま揚げと青菜の煮びたし すまし汁(はんぺん)</p>
		564 kcal/3.2g	607 kcal/2.1g	583 kcal/2.7	557 kcal/2.7
6日	7日	8日	9日	10日	11日
<p>【(5日)イースター】 卵サンドパン ウイナーサンドパン キャロットラペ ポトフ</p>	<p>焼きうどん 彩りサラダ 中華スープ(かぶ) ヨーグルト</p>	<p>胚芽ご飯 200g 魚の若草焼き 中華五目炒め 味噌汁(さつまいも)</p>	<p>胚芽ご飯 200g 肉団子の甘酢あんかけ 南瓜の含め煮 味噌汁(だいこん)</p>	<p>&lt;T・Hさんのオリジナルメニュー&gt; 寿司3貫とちらし寿司 メンチカツ 野菜の煮物 カフェオレ</p>	休業日
602 kcal/3.4g	558 kcal/3.1	566 kcal/2.1g	606 kcal/2.6g	619 kcal/3g	
13日	14日	15日	16日	17日	18日
<p>ナポリタン チキンマリネサラダ ミルクスープ(じゃが芋)</p>	<p>胚芽ご飯 200g カレーの香梅煮 チャプチェ 味噌汁(だいこん)</p>	<p>胚芽ご飯 200g 鶏の照り焼き なすのピリ辛味噌炒め 味噌汁(キャベツ)</p>	<p>パン 春野菜のキッシュ風 野菜パスタサラダ スープ(ブロッコリー)</p>	<p>カレーライス シーザーサラダ キャラメルプリン</p>	<p>塩焼きそば 白身魚のフライ 中華スープ(ほうれん草) いちごプリン</p>
614 kcal/3.2g	579 kcal/2.3g	565 kcal/2.6g	564 kcal/3.3g	657 kcal/2.5g	594 kcal/2.8g
20日	21日	22日	23日	24日	25日
<p>胚芽ご飯 200g ハンバーグ 和風だれ 切干大根の炒り煮 味噌汁(もやし)</p>	<p>胚芽ご飯 200g 豚と野菜の胡麻炒め 春雨の中華和え 味噌汁(なす)</p>	<p>サンマーマン 焼き餃子 100%ジュースのゼリー</p>	<p>胚芽ご飯 200g 鯖の味噌煮 キャベツとウイナーの炒め 豆腐のすまし汁</p>	<p>バターロール 鶏肉と野菜のホイル焼き ブロッコリーのサラダ コーンスープ</p>	休業日
610kcal/2.3g	609 kcal/2.6g	602 kcal/3g	577 kcal/2.6g	568 kcal/3.1g	
27日	28日	29日	30日	<p>*栄養量表記について* エネルギー(Kcal) /塩分(g) 下線は利用者様のリクエストメニューです。 ※エネルギーは主食200gの場合です。 ※仕入れ等の都合により、内容を変更することがございますので、ご承知おきください。</p>	
<p>胚芽ご飯 200g アジフライ 白菜と豆腐の鶏ガラスープ煮 味噌汁(南瓜)</p>	<p>胚芽ご飯 200g チキン ガーリックソテー 温野菜 粒マスタードサラダ たまごスープ</p>	<p>・4月29日・ 昭和の日</p>	<p>胚芽ご飯 200g 厚揚げとなすの生姜炒め ポテトサラダ 味噌汁(小松菜)</p>		
591 kcal/2.4g	551 kcal/2.2g				