

# 2025



## 予定献立表



おいしく楽しく生活しよう  
大泉福祉作業所



給食が作業所生活の楽しみとなるようにプランして行きたいと思っています。今年度もよろしくお願ひします。

日	曜	献立名	主な材料	エネルギー	食塩
				kcal	g
				たんぱく質	脂質
				g	g
1	火	<b>※新年度祝いお弁当給食</b> わかめごはん・天ぷら盛合わせ・野菜の彩炒め・シューマイ・大根の甘酢漬け・小松菜とあさりの煮びたし・イチゴ寒天・すまし汁		664	3.0
				24.5	18.7
2	水	ごはん・ジャージャン豆腐・野菜とザーサイの炒め物・中華風春雨卵スープ		651	4.1
				27.6	21.1
3	木	菜の花のペペロンチーニ・マセドアンサラダ・ミネストローネ		675	4.1
				25.5	27.1
4	金	かしわ丼・小松菜の煮びたし・味噌汁		604	3.1
				28.9	16.4
7	月	ささみかつカレー・アスパラガスのサラダ・野菜スープ		624	3.5
				30.6	26.4
8	火	ごはん・菜の花とジャガイモのそぼろ煮・春キャベツの炒め物・味噌汁		613	3.0
				24.9	15.8
9	水	ごはん・鱈の照り焼き(付)もやしとパプリカソテー・ほうれん草の胡麻和え・具沢山のお味噌汁		567	2.9
				26.8	12.2
10	木	ガパオライス・中華風スープ・たたききゅうり		610	5.4
				25.0	19.9
11	金	ロールパン・★ジャム&マーガリン・マカロニグラタン・フレンチサラダ・コンソメスープ		697	5.0
				28.2	39.5
14	月	三色丼・中華くらげの和え物・豆乳スープ		612	2.9
				29.0	13.1
15	火	あんかけやきそば・ブロッコリーとツナのサラダ・味噌汁		664	4.4
				34.7	21.6

# 2025

## 4月

### よていこんだてひょう 予定献立表



おおいずみふるくしきぎょうしょ  
大泉福祉作業所

日	曜	献立名	主 な 材 料	エネルギー kcal	食塩 g
				たんぱく質 g	脂質 g
16	水	ごはん・ぶりの照り焼(付)キャベツの即席漬け・若竹煮・味噌汁		640	3.8
				33.9	21.9
17	木	ごはん・チキンカツ(付)せんキャベツ・ブロッコリー・プチトマト・なめこおろし・若竹汁		706	2.4
				31.0	27.5
18	金	たけのこ御飯・鮭の西京焼き(付)春キャベツの即席漬け・卵の花炒り煮・味噌汁		615	4.2
				31.6	13.6
21	月	ごはん・ポークピカタ(付)ブロッコリーの胡麻しょうゆ和え・野菜サラダ・ごぼうときのこのコンソメスープ		621	3.0
				31.1	16.6
22	火	五目チャーハン・小松菜とえのきのお浸し・中華風コーンスープ		618	4.6
				24.4	17.5
23	水	ごはん・揚げ鯖とパプリカの爽やか炒め(付)サニーレタス・山菜のおろし和え・味噌汁		661	2.6
				28.1	25.5
24	木	チーズバーガー・さやいんげんサラダ・クラムチャウダー		648	5.2
				31.3	36.1
25	金	ごはん・鯖の七味焼き(付)胡麻和え・小松菜のペペロンチーニ風ソテー・味噌汁		627	3.4
				27.5	27.8
26	土	開所日(外注お弁当)			
28	月	けんちんうどん・ポテトサラダ・ほうれん草の白和え		553	4.4
				21.7	21.7
29	火	昭和の日			
30	水	ごはん・油淋鶏(付)レタス・菜の花のお浸し・ミルク味噌汁		663	2.9
				27.3	21.4
給食日数21日 ※行事食1回 都合により献立の内容が変わる事があります。写真はイメージです。ご了承ください。 【担当】栄養士：篠田				635	3.7
合計				28.3	22.0