

※マヨネーズ・てんぷら粉は卵不使用の物を使用しています。

## 2026年4月 献立表(1日~15日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
1	水	ゆかりごはん 鶏肉マーメレード焼き ブロッコリーおかか和え さつまいもスティック 味噌汁 	バナナ	ゼリー せんべい お茶	●米、ゆかりふりかけ ●鶏肉、しょうが、マーメレードジャム ●ブロッコリー、かつお節●さつまいも ●白菜、人参、わかめ●バナナ ◆かんてんばば◆星たべよ
2	木	ごはん 魚ムニエル キャベツごま酢和え こんにゃく味噌煮 スープ	オレンジ	ごまおかかおにぎり お茶	●米●鮭、バター、小麦粉 ●キャベツ、人参、油揚げ、ごま ●板こんにゃく ●木綿豆腐、もやし、コーン●オレンジ ◆米、かつお節、ごま
3	金	ごはん 豚大根 もやし和え物 ちくわカレー炒め	りんご	バタークッキー スキムミルク	●米●豚肉、大根、玉ねぎ、人参、いんげん 厚揚げ●もやし、小松菜、えのきたけ ●ちくわ、カレー粉●りんご ◆小麦粉、バター、スキムミルク
4	土	きつねうどん 白菜ツナ和え	バナナ	お楽しみおやつ 牛乳	●ゆでうどん、油揚げ、人参、赤板かまぼこ、わかめ ●白菜、きゅうり、ツナ ●バナナ
5	日				
6	月	ごはん ハンバーグ 春野菜サラダ チーズ スープ 	りんご	ココア蒸しパン スキムミルク	●米●豚ひき肉、玉ねぎ、人参、木綿豆腐 スキムミルク●春キャベツ、アスパラガス、ツナ ●チーズ●大根、人参、わかめ●りんご ◆ホットケーキミックス、ココア、スキムミルク
7	火	ごはん 魚香味焼き 小松菜ゆかり和え 切干大根煮物 味噌汁	バナナ	きな粉麩ラスク いちご スキムミルク	●米●赤魚、しょうが、にんにく、ねぎ、ごま ●小松菜、きゅうり、ゆかりふりかけ ●切干大根、人参、油揚げ ●じゃがいも、玉ねぎ、しめじ●バナナ  ◆おつゆ麩、バター、きな粉◆いちご
8	水	ごはん ささ身フライ もやし中華和え かぼちゃ煮物 スープ	オレンジ	キャラメルポテト スキムミルク	●米●鶏ささ身、小麦粉、パン粉 ●もやし、わかめ、人参、ごま ●かぼちゃ ●木綿豆腐、キャベツ、アスパラガス●オレンジ ◆さつまいも、バター
9	木	ごはん 魚西京焼き ひじき和風和え ゆでウインナー すまし汁	りんご	コーンマヨトースト スキムミルク	●米●鮭、しょうが ●ひじき、小松菜、きゅうり、コーン、かつお節、ごま ●ウインナー ●おつゆ麩、油揚げ、えのきたけ●りんご ◆食パン、コーン、青のり
10	金	カレーライス ブロッコリーごま和え ちくわ天ぷら	バナナ	チーズパイ スキムミルク	●米、豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、カレールウ スキムミルク●ブロッコリー、ごま ●ちくわ、てんぷら粉●バナナ ◆パイシート、粉チーズ
11	土	キャベツツナ丼 味噌汁	オレンジ	お楽しみおやつ 牛乳	●米、キャベツ、ツナ、玉ねぎ、人参 ●木綿豆腐、しめじ、わかめ ●オレンジ
12	日				
13	月	ごはん 魚チーズパン粉焼き 人参しりしり 高野豆腐煮物 すまし汁 	バナナ	ぶどうケーキ スキムミルク	●米●赤魚、パン粉、粉チーズ、パセリ粉 ●人参、ツナ、ごま ●高野豆腐●白菜、もやし、わかめ●バナナ ◆ホットケーキミックス、バター、スキムミルク レーズン
14	火	ごはん 鶏肉から揚げ 春雨中華和え マカロニサラダ 味噌汁	オレンジ	マシュマロサンド バナナ スキムミルク	●米●鶏肉、しょうが、にんにく、小麦粉 ●春雨、わかめ、人参、ごま ●マカロニ、アスパラガス、コーン、ツナ ●木綿豆腐、玉ねぎ、ねぎ●オレンジ ◆クラッカー、マシュマロ◆バナナ
15	水	わかめごはん 魚オーロラソースかけ 小松菜和え物 こんにゃく甘辛炒め すまし汁	りんご	フルーツヨーグルト お茶	●米、わかめふりかけ●たら、小麦粉 ●小松菜、白菜、なめたけ ●板こんにゃく●厚揚げ、玉ねぎ、わかめ●りんご ◆ヨーグルト、スキムミルク、フルーツソース

## 2026年 4月 献立表(16日～30日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
16	木	ごはん 豚肉しょうが炒め ひじき白和え 照りっこかぼちゃ スープ	バナナ	シュガートースト スキムミルク	●米●豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、しょうが ●ひじき、いんげん、人参、木綿豆腐 ●かぼちゃ、黒ごま ●キャベツ、春雨、コーン●バナナ ◆食パン、バター
17	金	ごはん 麻婆豆腐 小松菜ナムル ちくわ磯辺焼き	オレンジ	コンソメポテト スキムミルク	●米●豚ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、人参、しょうが にんにく、ねぎ ●小松菜、もやし、ごま ●ちくわ、青のり●オレンジ ◆じゃがいも、パセリ粉
18	土	焼きそば 味噌汁	りんご	お楽しみおやつ 牛乳	●ゆで中華麺、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参 ピーマン、青のり、かつお節 ●もやし、厚揚げ、わかめ●りんご
19	日				
20	月	ごはん ポトフ 白菜塩昆布和え 春雨炒め物 	バナナ	セサミスコーン スキムミルク	●米●ウインナー、じゃがいも、玉ねぎ、人参 ブロッコリー、アスパラガス ●白菜、きゅうり、塩昆布 ●春雨、玉ねぎ、人参、ねぎ●バナナ ◆ホットケーキミックス、バター、ごま、スキムミルク
21	火	ごはん さつま揚げ 小松菜和え物 じゃがマヨおほか 味噌汁	オレンジ	マカロニきな粉 スキムミルク	●米●白身魚すり身、玉ねぎ、人参、ねぎ、しょうが スキムミルク●小松菜、人参、油揚げ、ごま ●じゃがいも、かつお節 ●木綿豆腐、なめこ、わかめ●オレンジ ◆マカロニ、きな粉
22	水	ツナ昆布ごはん タンドリーチキン  ゆでブロッコリー ミートスパゲティ スープ ひとくちゼリー		プリン・アラ・モード お茶	●米、ツナ、塩昆布 ●鶏肉、ヨーグルト、しょうが、にんにく、カレー粉 ●ブロッコリー●スパゲティ、玉ねぎ、ミートソース缶 ●白菜、人参●ひとくちゼリー ◆かんでんぱぱ、スキムミルク、いちご ホイップクリーム、コーンフレーク 
23	木	ごはん 魚ちゃんちゃん焼き もやしゆかり和え 厚揚げ煮物 すまし汁	りんご	ジャムサンド スキムミルク	●米●鮭、キャベツ、玉ねぎ、人参 ●もやし、きゅうり、人参、ゆかりふりかけ ●厚揚げ ●おつゆ麩、えのきたけ、わかめ●りんご ◆食パン、いちごジャム、ブルーベリージャム
24	金	ごま塩ごはん 春キャベツシチュー わかめ酢の物 ペイクドじゃが 	バナナ	大豆甘辛揚げ ビスコ スキムミルク	●米、ごま塩ふりかけ●鶏肉、春キャベツ、玉ねぎ 人参、コーン、シチューールウ、スキムミルク ●わかめ、もやし、しらす干し、ごま ●じゃがいも、パセリ粉●バナナ ◆大豆、ごま◆ビスコ
25	土	鶏そぼろ丼 味噌汁	オレンジ	お楽しみおやつ 牛乳	●米、鶏ひき肉、しょうが、小松菜、人参、コーン 刻みのり、ごま ●厚揚げ、玉ねぎ、なめこ、わかめ ●オレンジ
26	日				
27	月	ごはん やみつきちキン 五目豆煮物 さつまいもサラダ スープ	りんご	ツナマヨマフィン スキムミルク	●米●鶏肉、にんにく、ごま ●ひじき、大豆、人参、板こんにゃく、ちくわ ●さつまいも、きゅうり ●小松菜、えのきたけ、ねぎ●りんご ◆ホットケーキミックス、ツナ、スキムミルク、パセリ粉
28	火	ごはん 魚南蛮漬け 切干大根サラダ こんにゃく土佐煮 味噌汁	バナナ	コーンフレーク 牛乳	●米●赤魚、玉ねぎ、人参、ピーマン、小麦粉 ●切干大根、きゅうり、塩昆布、ごま ●板こんにゃく、かつお節 ●もやし、油揚げ、わかめ●バナナ ◆コーンフレーク
29	水	 <b>昭和の日</b> 			
30	木	ごはん 魚バターしょうゆ焼き 小松菜和え物 大豆サラダ 味噌汁	オレンジ	たけのこおにぎり お茶	●米●たら、バター ●小松菜、えのきたけ、コーン ●大豆、ひじき、きゅうり、ツナ、ごま ●切干大根、もやし、わかめ●オレンジ ◆米、たけのこ、油揚げ、人参 

※仕入の都合・行事等により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

※初めて食べる食材がある場合、園にお知らせください。