2026年4月　献立表　　ゆうらいふ横浜

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1	2	3	4
朝食				ごはん 彩りオムレツ 松永すまサラダ 旨ど野菜の彩り煮 味噌汁	ごはん ケーキ・ヨーグルト・クリームチーズ たまごサラダ 野菜の緑黄和え 味噌汁	ごはん ミートオムレツ 自の緑黄和えサラダ みかんなます 味噌汁	ごはん ふりの彩り焼き ポテトサラダ 切干大根 味噌汁
洋食				パン 彩りオムレツ 松永すまサラダ クリームビースス―プ	パン ツナ・マンポテト たまごサラダ クラムチャウダー	パン ミートオムレツ フルスローサラダ 根菜スープ	パン ロールキャベツ ポテトサラダ キャロットスープ
昼食				かき揚げうどん ひじきの五目煮 フルーツヨーグルト	野菜炒め肉のビビンバ風 ナポリ 団子スープ	鶏の唐揚げ 野菜炒め(豚肉抜き) きのこ	ごはん 鮭の塩焼き ポテトサラダ ほうれん草のごま和え 味噌汁
夕食				ごはん 麻婆ナ ひじきのナムル 焼のか春巻き もやしのや春スープ	ごはん メカジキの南蛮ステーキ 白菜のマヨ浸おかず和え ポつぶ缶のおでん風煮物 西京漬焼の野菜ミ	ごはん 肉ねじ和風の和風肉 絹豆とわかめの酢の物 味付海苔とポくくく合わ 味噌汁	ごはん 鮭の五目あんかけ かつお入りのお煮物 もずく酢 味噌汁
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	ごはん アンサンブルエッグ 海藻サラダ 納豆 味噌汁	ごはん お新パン・ジャム・バター トマトベーコンサラダ 旨ポの味平巻 牛乳	ごはん レアオムレツ タコセサラダ ポテトのみそ汁 ヨーグルト	ごはん 自国産の青菜焼き ツナサラダ 切干大根 味噌汁	ごはん ウインナー&野菜炒め 青椒肉絲(豚肉抜き) コールスローサラダ 味噌汁	ごはん アジの塩焼き ブロッコリサラダ 海藻サラダ&しら魚 味噌汁	ごはん 回鍋肉(ホイコーロー)ソース エリナサラダ みかんなます 味噌汁
洋食	パン アンサンブルエッグ 海藻サラダ 和風スープ	パン お新パン・ジャム・バター トマトベーコンサラダ オニオンスープ	パン レアオムレツ タコセサラダ クラムチャウダー	パン トマトオムレツ ツナサラダ ホワイトシチュー	パン ウインナー&野菜炒め コールスローサラダ ごぼうスープ	パン ほうれん草オムレツ ブロッコリサラダ グリービースス―プ	パン 回鍋肉(ホイコーロー)ソース エリナサラダ バンプキンスープ
昼食	山菜ごはん 鯖の焼魚焼き ブロッコリーのカ春和え 味噌汁	ごはん レアオムレツ タコセサラダ クラムチャウダー	春の野菜のカ春巻いと青豆 肉含合わせ すまし汁	お雑炊 小さなカと豆の和え物 スープ	鶏の唐揚こ ほぼ白菜漬け 昆布汁	ごはん 鶏肉の生姜焼き おかやサラダ 味噌汁	ごはん 彩とコスの南部焼き 木の葉揚げの煮物 オクラのねばた仕組天 すまし汁
夕食	ごはん ハンバーグ・ソース かつぼいものカ春醤焼き オニオンリングフライ コンソメスープ	ごはん だいずの醤醤焼き 海藻類の緑黄和え 風呂の煮物 味噌汁	ごはん ハンバーグ タルタルソース かりんの春の醤油和え物	ごはん 鶏肉のカ春巻き 焼魚大根 味噌汁	ごはん ほうれん煮付け 旨ポと切昆布の和え物 味噌汁	ごはん ポテトコロッケ ブロッコリサラダ 味噌汁	ごはん ポテトコロッケ ソースカツ ブロッコリサラダ 味噌汁
	12	13	14	15	16	17	18
朝食	ごはん ミートボール ゴロサラダ 納豆 味噌汁	ごはん チーズオムレツ スパゲティサラダ ポテト&ベーコンのソテー 味噌汁	ごはん 野菜団め エリナサラダ 小松菜と油揚げの醤和え 味噌汁	ごはん 団鶏ハンバーグ 海苔サラダ 旨ど野菜の彩り煮 味噌汁	ごはん スクランブルエッグ 自の緑黄和えサラダ 切り干 味噌汁	ごはん 鶏の唐り揚き ポテトサラダ みかんなます 味噌汁	ごはん アンサンブルエッグ コールスローサラダ 切干大根 味噌汁
洋食	パン ミートボール ゴロサラダ スパゲティ・ミートソース	パン チーズオムレツ スパゲティサラダ ポテトのクリームスープ	パン 野菜団め エリナサラダ ミネストローネ	パン 団鶏ハンバーグ 海苔サラダ ポテトのクリームスープ	パン フレンチトースト スクランブルエッグ 自の緑黄和えサラダ ポテトのクリームスープ	パン ミートボール ポテトサラダ みかんなます 味噌汁	パン アンサンブルエッグ コールスローサラダ ポテトのクリームスープ
昼食	パナップライス ポなしのコンポート ニこオトフ	ごはん 鯖のみりん焼き 海の煮物 彩り和ゆ 味噌汁	冷や麺料 牛肉の野菜とみかんの酢の物 きのこ	ごはん 鶏肉の唐揚げ 小松菜の緑ごこま和え 味噌汁	ごはん ゆかりごはん カジキカレーの油揚し 旨豆の和え物 かき古ます	パエリア ・ポルクチョッパサラダ 野菜スープ	ごはん 筑前煮 オクラの塩茹和え すまし汁
夕食	ごはん ホニクリームコロッケ 大豆緑黄和風サラダ 海のグリル コンソメスープ	ごはん 鮭のカレームニエル・トマトのソース ツナキャベツサラダ 洋なカボチャのポタージュスープ	ごはん 鮭のムニエル・マヨネーズソース ツナキャベツサラダ 洋なトマト クラムチ	ごはん 白身魚のチリソースかけ ツナトマト クラムチ 野菜スープ	ごはん 鶏ひき人焼き わか芽の梅子和え 大根の金平 すまし汁	ごはん 白キの野菜煮 春雨サラダ 野菜団煮	ごはん 鮭のカルダニコンスタイ アボカドサラダ ホニクリームコロッケ コンソメスープ
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	ごはん アンサンブルエッグ 海藻サラダ 納豆 味噌汁	ごはん お新パン・ジャム・バター トマトベーコンサラダ ほうれん草の緑黄和え 味噌汁	ごはん 野菜団め エリナサラダ ポテト&ベーコンのソテー 味噌汁	ごはん 自国産の青菜焼き ツナサラダ 切干大根 味噌汁	ごはん ウインナー&野菜炒め 青椒肉絲(豚肉抜き) コールスローサラダ 味噌汁	ごはん アジの塩焼き ブロッコリサラダ 海藻サラダ&しら魚 味噌汁	ごはん ほうれん草オムレツ エリナサラダ みかんなます 味噌汁
洋食	パン アンサンブルエッグ 海藻サラダ 和風スープ	パン お新パン・ジャム・バター トマトベーコンサラダ オニオンスープ	パン レアオムレツ タコセサラダ クラムチャウダー	パン トマトオムレツ ツナサラダ キャロットスープ	パン ウインナー&野菜炒め コールスローサラダ ごぼうスープ	パン ブロッコリサラダ グリービースス―プ	パン ロールキャベツ エリナサラダ バンプキンスープ
昼食	ごはん 鯖の焼魚焼き ブロッコリーの和え物 味噌汁	ごはん 山菜ごはん 鯖の醤焼き魚 切干大根の和え物 味噌汁	ごはん 和風スパゲティ 豆腐サラダ ヒシクーズ	和ごはん 野と野菜の揚げ焼き ポテトのクリームスープ	和ごはん ほやしこみ含うどん ニャオやの甘ふ&ん 抹茶プリン	ごはん 海鮮醤 ポテトのクリームスープ	ごはん カリスカルトイの白練醤し 大根葉と青子のでし風 味噌汁
夕食	ごはん 鶏肉の山椒焼き いんげんの塩醤和え ぜんまいの煮物 味噌汁	ごはん 鶏もとポーサンの野焼 春野菜の炒子和え 公非の煮物 味噌汁	ごはん 山海焼の春焼焼き 春キャベツのひつへ チーズロール コンソメスープ	ごはん タイプチ カニの甲羅焼サラダ 甲羅焼焼 わかめスープ	ごはん 鶏のから揚げ 旨豆の緑黄醤和 ほんなょう 味噌汁	ごはん ハンバーグ・ソース ブロッコリーの茹で和え 旨豆の仁和物 野菜スープ	ごはん 鶏の塩レポ立 カレイフライ・ホタテの天ぷら 鶏野団焼の煮物 味噌汁
	26	27	28	29	30		
朝食	ごはん スクランブルエッグ ゴロサラダ 納豆 味噌汁	ごはん お新パン・ジャム・バター コールスローサラダ 切り石 味噌汁	ごはん 野菜団め スパゲティサラダ ポテト&ベーコンのソテー 味噌汁	ごはん 彩りオムレツ 松永すまサラダ ひじき煮 味噌汁	ごはん お新パン・ジャム・バター たまごサラダ 野菜の緑黄和え 味噌汁		
洋食	パン スクランブルエッグ ゴロサラダ フライドポテト	パン お新パン・ジャム・バター 自の緑黄和えサラダ コーンスープ	パン 野菜団め スパゲティサラダ オニオンスープ	パン 彩りオムレツ 松永すまサラダ クリービースス―プ	パン ウインナー&野菜炒め コールスローサラダ クラムチャウダー	パン ブロッコリサラダ たまごサラダ	
昼食	ごはん 鶏肉の彩り焼き ブロッコリーの和え物 高野豆腐の煮物	ごはん 鯖の塩焼き 旨ど野菜の彩り煮 味噌汁	牛肉あらしそば 簡単なまま 春雪の煮つ和ガし	カリカリ牛骨のサラダ マンゴーヨーグルト グレービースス―プ	ごはん 鶏肉のふ揚焼き キャベツのおかか和え 味噌汁		
夕食	ごはん 海老カツ 大根の醤味野菜漬け すき焼用の煮物 味噌汁	ごはん タコクラスハンバーグ 人参と絹豆のラペ 焼鳥醤焼し コンソメスープ	ごはん 春キャベツの油揚肉 旨どの中華風お浸し 骨とメンマの肉の煮 もやしの味噌スープ	ごはん 鯖のムニエル ニセサラダ れんこんペーコン スープ	ごはん おでん 旨ポのとろろかけ フルーツポンチ		