

ミライプロジェクト新瑞橋

令和7年4月

献立表（前半）

月	火	水	木	金	土
					
	1	2	3	4	5
7	8	9	10	11	12
ご飯 牛うま煮 わかめと水くわいの酢の物 味噌汁 534kcal	ちらし寿司 豆腐ローフ かぼちゃの含め煮 味噌汁 465kcal	ご飯 お魚色々定食 (惣菜、味噌汁) 370kcal	ご飯 酢豚 鶏そぼろ中華春雨 中華スープ 488kcal	雑穀米 赤魚西京焼き 鶏肉のすき煮 味噌汁 430kcal	ご飯 あじフライ 小松菜のお浸し 味噌汁 418kcal
ナポリタンスパゲッティ	ぶっかけうどん(温)	ロコモコ丼	親子丼	カレーうどん(温)	鶏そば(温)

ミライフプロジェクト新瑞橋 令和7年4月 献立表(後半)

月	火	水	木	金	土
14	15	16	17	18	19
五目御飯 タラ塩麴焼き 青菜煮浸し 味噌汁 410kcal	ご飯 お魚色々定食 (惣菜、味噌汁) 430kcal	ご飯 おろしハンバーグ ポテトサラダ 味噌汁 640kcal	雑穀米 牛焼肉 黒酢入り春雨サラダ 味噌汁 580kcal	ご飯 サバ照り焼き 牛肉ごぼう 味噌汁 487kcal	ご飯 豆腐ハンバーグ 鶏肉のすき煮 味噌汁 543kcal
甘辛チキン丼	焼きそば	麻婆豆腐丼	ナポリタンスパゲティ	豚角煮チャーハン	牛丼
21	22	23	24	25	26
雑穀米 サバ塩焼き ひじき煮 味噌汁 478kcal	ご飯 豚生姜焼き ほうれん草のお浸し 味噌汁 442kcal	ご飯 味噌だれチキン 菜の花の辛し和え お吸い物 433kcal	ご飯 カレーと茄子のおろし煮 高野豆腐の含め煮 味噌汁 434kcal	ご飯 チキンのオープン焼き マカロニサラダ 味噌汁 567kcal	ご飯 豚ロースのマリネ さつま芋と豆昆布の和え物 味噌汁 473kcal
豚角煮丼	和風スパゲッティ	たぬきそば(温)	焼きそば	きつねうどん(温)	ミートスパゲッティ
28	29	30	 <p>* 選択メニューには副菜等も含まれます。 * メニューは変更となる場合があります。</p>		
ご飯 豆腐ローフ 木の実和え 味噌汁 500kcal	雑穀米 サンマみぞれ煮 キャベツの酢の物 味噌汁 408kcal	ご飯 サワラ揚げ煮 モロヘイヤのごま和え 味噌汁 518kcal			
鶏そば(温)	味噌ささみフライ丼	焼うどん			