



## 2026年4月 予定献立表

### グリーンズ湘南



	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)
朝	ご飯 がんと野菜の煮物 納豆 さつま芋金平 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 高野豆腐の卵とじ 大根の金平 佃煮 みそ汁 ヨーグルト	トースト ベーコンエッグ マカロニサラダ カフェオレ ヨーグルト	ご飯 卵とさつま揚げの煮物 納豆 浅漬け 味噌汁 ヨーグルト	ごはん 野菜の卵炒め さつま芋の甘煮 佃煮 味噌汁 ヨーグルト
昼	麦ごはん きのこ煮込みハンバーグ キャベツのツナマヨ和え コンソメスープ	パン イタリアンチキン 卵と野菜のサラダ 野菜スープ	ジャージャー麺 豆腐サラダ	三色丼 きのこの豆腐の煮込み 味噌汁	麦ごはん 回鍋肉 豆腐サラダ 中華風コンソメスープ
夜	お赤飯 鯖の塩焼き レバーの生姜煮 胡瓜の浅漬け お吸い物	ご飯 牛肉のプルコギ 白和え 酢の物 ワカメスープ	鮭と卵の混ぜ寿司 射込み高野豆腐 カニカマの和え物 お吸い物 水ようかん	ごはん 親子煮 胡麻和え 大根の梅和え お吸い物 果物	ご飯 カジキのホイル蒸し 切り干し大根の煮物 煮豆 味噌汁
	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
朝	ご飯 厚揚げとひき肉の オイスター煮 じゃが芋金平 沢庵和え 味噌汁 ヨーグルト	トースト ベーコンと野菜のソテー スクランブルエッグ ミルクティー ヨーグルト	ご飯 車麩と野菜の煮物 納豆 そうめんサラダ 味噌汁 ヨーグルト	卵とキノコの雑炊 じゃが芋そぼろあん 野菜のなめ茸和え 梅干し ヨーグルト	小倉トースト ソーセージと野菜の 豆乳スープ煮 コールスローサラダ ヨーグルト
昼	パン ミートボール 野菜スープ コーヒーゼリー	きつねうどん 小判焼き	きじ焼き丼 白菜と油揚げのサラダ 味噌汁	パン チキンピカタ きのこのマリネ ミネストローネ	具だくさんタンメン ミルク寒天
夜	ご飯 鯛の生姜煮 肉じゃが 酢の物 お吸い物	ご飯 麻婆豆腐 ラーパーツアイ ナムル 卵スープ 果物	ご飯 鯖の味噌煮 さつま揚げと切り昆布煮物 新玉ねぎの酢の物 お吸い物	お豆のカレーライス ミモザサラダ 野菜スープ フルーツゼリー	ご飯 肉団子のおろし煮 レバーの味噌炒め 長いものわさび醤油和え お吸い物



## 2026年4月 予定献立表

### グリーンズ湘南



	11日(土)	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)
朝	ご飯 はんぺんの炒り卵 鯖と野菜の和え物 漬物 みそ汁 ヨーグルト	ご飯 ソーセージと野菜炒め 金平大根 もやしの辛子和え 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 豆腐のチャンプルー 青菜の煮浸し 佃煮 味噌汁 ヨーグルト	ピザトースト 蒸し野菜&蒸し卵 カフェオレ ヨーグルト	ご飯 がんと野菜の煮物 納豆 青菜のおかか和え 味噌汁 ヨーグルト
昼	麦ごはん 豚肉と野菜の黒酢炒め ナムル 中華風スープ	パン ポークチャップ ポテトサラダ 野菜スープ	蒸しパン 豆腐のラザニア風 野菜スープ	カレーうどん キャベツとささみの しそ風味サラダ	卵と鮭の混ぜ寿司 厚揚げの煮物 お吸い物
夜	ご飯 かに玉 ツナと青梗菜の炒め物 白菜と昆布の和え物 ワカメスープ	ごはん 牛肉のしぐれ煮 もずく酢 ふきの青煮 お吸い物	ご飯 豚肉のママレード醤油焼き 煮やっこ 人参サラダ みそ汁	ご飯 豆腐の甘辛肉巻き ひじきの煮物 なます お吸い物	キャロットライス チキンの赤ワイン煮 きのこのマリネサラダ コンソメスープ 果物

	16(木)	17(金)	18(土)	19(日)	20(月)
朝	ご飯 高野豆腐の卵とじ 青菜おかかか和え 佃煮 味噌汁 ヨーグルト	トースト 青菜とキノコの炒め物 そうめんサラダ ミルクティ ヨーグルト	ご飯 厚揚げ野菜の炒め物 納豆 佃煮 味噌汁 ヨーグルト	五目雑炊 キャベツのツナマヨ和え 大根の塩昆布和え 梅干し ヨーグルト	ご飯 豚肉のトロミ煮込み 大根の金平 佃煮 味噌汁 ヨーグルト
昼	カレーピラフ ポトフ フルーツゼリー	ベーコンと玉ねぎの 味噌クリームうどん 抹茶小豆寒天	あんかけチャーハン 春雨サラダ ワカメスープ	ミートソーススパゲティ きのこのスープ	パン クリームシチュー チーズ入り豆サラダ
夜	ご飯 鶏の照焼 炒り豆腐 酢の物 お吸い物	ご飯 カジキのソテー 梅だれ ベーコンと大根の金平 白菜の塩昆布和え 味噌汁	ポークカレーライス ひじきマリネサラダ 野菜スープ アセロラゼリー	ご飯 鯖の塩焼き おでん風煮物 たたきごぼう お吸い物 果物	ご飯 手作りしゅうまい 厚揚げの炒め煮 なめ茸おろし ワカメスープ



# 2026年4月 予定献立表

## グリーンズ湘南



	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)
朝	トースト 野菜入りスクランブルエッグ スパサラ カフェオレ ヨーグルト	ご飯 ソーセージと野菜炒め 金平大根 もやしの辛子和え 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 さつま揚げと野菜の煮物 納豆 甘酢漬け みそ汁 ヨーグルト	ハムチーズトースト 野菜サラダ バナナ カフェオレ ヨーグルト	ご飯 はんぺんの炒り卵 鯖と野菜の和え物 漬物 みそ汁 ヨーグルト
昼	麦ごはん 鶏のさっぱり煮 ピーマンの金平 漬物 味噌汁	牛肉とゴボウの混ぜご飯 豆腐のあんかけ煮 かき玉汁	パン ポークビーンズ コンソメスープ プリン	アサリとキャベツのパスタ 人参とレーズンのサラダ	麦ごはん わらじバーグ 白滝の練りゴマ和え 漬物 お吸い物
夜	ご飯 和風ハンバーグ 五目豆 らっきょうの酢の物 お吸い物	ご飯 鯖のねぎソース 春雨のオイスター炒め なます お吸い物 果物	桜えびと高菜のおこわ 千草焼き ささ身ときゅうりの梅和え 南瓜の煮物 お吸い物	ご飯 豚の角煮 ひじきの南蛮酢 青菜ごま和え お吸い物	ご飯 カジキの塩麴蒸し ひじきの煮物 酢の物 味噌汁
	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)
朝	ご飯 厚揚げとひき肉の オイスター煮 じゃが芋金平 沢庵和え 味噌汁 ヨーグルト	卵とキノコの雑炊 じゃが芋そばろあん 野菜のなめ茸和え 梅干し ヨーグルト	トースト スパニッシュオムレツ 温野菜 ミルクティ ヨーグルト	ご飯 がんと野菜の煮物 納豆 お浸し 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 車麩と野菜の煮物 納豆 辛子和え 味噌汁 ヨーグルト
昼	肉うどん 沢庵の和え物	サンドイッチ 野菜スープ プリン	牛丼 具だくさんけんちん汁 漬物	麦ご飯 親子煮 大根と油揚げのサラダ 味噌汁	小豆クリームサンド 根菜トマト煮込み コンソメスープ
夜	お豆カレーライス グリーンサラダ ワカメスープ フルーツゼリー	ご飯 鶏肉と野菜のみそだれ蒸し 酢の物 レバーの生姜煮 お吸い物	ご飯 鯖の生姜煮 春雨サラダ 五目豆 お吸い物	ご飯 つくねの照り焼き おでん風煮物 青菜のおかか和え お吸い物 果物	稲荷寿司 豚しゃぶ 焼き野菜浸し お吸い物 水ようかん

※都合によりメニューが変更になる場合がありますがご了承ください。