

ねん  
2025年



しんねんど ねが  
新年度もよろしく願いたします!

ひがしなりくせいえん じもと ぎょうしゃ やさい とうふ しい ちよくえきゆうしよく てづく きゆうしよくていきょう  
東成育成園では、できるだけ地元の業者から野菜や豆腐を仕入れ、直営給食による手作りの給食提供を

おこな けんこうめん しょくじめん そうだんとう そうだん  
行っております。健康面や食事面でのご相談等ありましたら、いつでもご相談ください。

こんねんど ねが  
今年度もよろしく願いたします。

げつ 月	ひ 火	すい 水	もく 木	きん 金	ど 土	にち 日
	1 たけのごはん さわらの黄身焼き きゅうりのなめたけあえ 人参の白和え みそ汁(玉ねぎ・えのき) 542kcal 4.3g	2 えだまめ ぶたにく 枝豆と豚肉のカレー れんこん い 蓮根チップス入りサラダ はるさめ ほうさい スープ(春雨・白菜) ぎゅうにゅう 牛乳 805kcal 4.4g	3 ごはん さけ 鮭のグリルコンマヨネーズ きりぼしだいこん にももの ひじきと切干大根の煮物 ちゅうか 中華スープ 520kcal 1.9g	4 なすとベーコンの トマトスパゲティ コールスローサラダ スープ(人参・大根) ぎゅうにゅう 牛乳 649kcal 2.9g	5	6
7 ごはん さばのピリ辛煮 かぼちゃのごま煮 みそ汁(さつま芋・玉ねぎ) 575kcal 4.0g	8 ごはん チキン南蛮 ビーフソテー スープ(わかめ・小松菜) 687kcal 1.7g	9 ぎゅうにく 牛肉とピーマンのスタミナ丼 ほうれん草とツナのサラダ あか 赤だし(うすあげ・白菜) フルーツ 665kcal 3.2g	10 ごはん あつあ ほうさい 厚揚げと白菜の そばろあんかけ スパゲティサラダ みそ汁(小松菜・わかめ) 620kcal 3.3g	11 えびピラフ わふう も あ 和風サラダ盛り合わせ わかめとほうれん草のスープ フルーツ 471kcal 2.4g	12	13
14 わかめうどん おにぎり(じゃこ・ごま) ちくわの磯辺あげ レバーとごぼうの煮物 537kcal 4.7g	15 ごはん しろみぎかな 白身魚のおろし醤油焼き おからサラダ みそ汁(男爵・玉ねぎ) 523kcal 2.9g	16 ごはん あ とうふ 揚げだし豆腐 そばろあん だいこん こまつな す もの 大根と小松菜の酢の物 かぼちゃ そう みそ汁(南瓜・ほうれん草) 503kcal 2.5g	17 まめ 豆ごはん とりにく ゆず や 鶏肉の柚子こしょう焼き はるさめ ハムとわかめの春雨サラダ みそ汁(えのき・厚揚げ) 552kcal 3.2g	18 どん すた丼 がんもと小松菜の煮物 いなかふう する 田舎風みそ汁 718kcal 2.8g	19	20
21 ごはん はっぼうさい 八宝菜 ひじきと切干大根の煮物 スープ(えのき・卵) 486kcal 2.5g	22 ごはん わふう 和風あんかけハンバーグ ほうれん草とレンコンと ひじきの和え物 みそ汁(わかめ・玉ねぎ) 570kcal 2.6g	23 ごはん とり なすと鶏のおろしポン酢 ひじきの白和え わふう 和風スープ 602kcal 2.4g	24 たんたんめん 担々麺 おにぎり キムチ きくらげと大根の 中華あえ 589kcal 5.8g	25 フィッシュバーガー フライドポテト くずし豆腐と野菜のサラダ ミネストローネ風スープ 703kcal 3.1g	26	27
28 ごはん さばのカレー風味立田あげ 青菜とえびの中華煮 みそ汁(男爵・小松菜) 561kcal 2.3g	29 しょうわ ひ 昭和の日	30 ぶたにく ちんげんさい 豚肉と青梗菜の オイスターソース焼きそば レンコンと竹輪のきんぴら わかめスープ 574kcal 4.0g				