

令和7年
4月献立表

高齢者向け配食サービス

夕食のお弁当1食580円(税込)

ご飯多め610円(税込)

ご飯なし550円(税込)

個別メニュー300円(税込)

ごちそうさん

0178-47-7000

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日			1	2	3	4	5
献立			ご飯 豚の味噌炒め わらびの煮物 菊花和え	ご飯 かぼちゃコロケ すき昆布煮 辛子和え	ご飯 赤魚の煮付け チャンプルー 小松菜のゆず香和え	ご飯 牛肉とごぼうのしぐれ煮 いんげんの煮物 トマトサラダ	ご飯 アジフライ ミズの油いため もずく酢
カロリー 塩分(g)			526 2.2	518 2.8	508 2.3	517 2.2	511 2.7
個別 申し込み							
日	6	7	8	9	10	11	12
献立	豆ご飯 千草焼き 若竹煮 菜の花のお浸し	ご飯 サバの味噌煮 五目ひじき煮 きゅうりの酢の物	ご飯 鶏肉の梅焼き 高野豆腐の炊き合わせ 玉ねぎのツナサラダ	ご飯 タラのコーンマヨ焼き わらびの煮物 菊花和え	ご飯 豚肉の生姜焼き 卵巾着の煮物 ウドの酢味噌和え	ご飯 サンマの蒲焼き 切干大根の煮物 ほうれん草のなめ茸和え	ご飯 メンチカツ 五目煮豆 もやしの中華サラダ
カロリー 塩分(g)	506 2.8	537 2.6	522 2.8	503 2.6	534 2.6	509 2.9	540 2.9
個別 申し込み							
日	13	14	15	16	17	18	19
献立	ご飯 鶏肉の青じそ焼き いんげんとツナの煮物 カブのレモン和え	五目ご飯 黒ムツの粕漬焼き 小松菜の炒り煮 南瓜サラダ	ご飯 豚バラ大根 アスパラ炒め 青梗菜のお浸し	ご飯 カニ玉 山クラゲの炒め煮 ポテトサラダ	ご飯 焼き鳥風炒め さつまいもの甘煮 メカブ酢	ご飯 鮭のムニエル ほうれん草炒め ハリハリサラダ	ご飯 鶏のネギ塩焼き ぜんまい炒め煮 ブロッコリーのサラダ
カロリー 塩分(g)	504 2.0	541 2.2	538 2.7	511 2.8	503 1.8	516 2.2	514 2.9
個別 申し込み					屋台セット		
日	20	21	22	23	24	25	26
献立	ご飯 海老カツ 大根のそぼろあん きゅうりの酢の物	ご飯 サバの香味焼き 五目巾着の煮物 カリフラワーのマリネ	ご飯 松風焼き かぼちゃ煮 海草サラダ	ご飯 豚のすき煮 花野菜炒め ひじきと蓮根のサラダ	ご飯 鱈のから揚げ 切干大根の煮物 菊花の酢の物	ご飯 牛肉とピーマン炒め ふきの煮物 ほうれん草の山かけ	ご飯 赤魚の煮付け ナスの揚げびたし ベーコンサラダ
カロリー 塩分(g)	510 2.3	541 2.1	502 2.8	540 2.2	513 1.9	522 2.4	511 2.4
個別 申し込み					春のムース		
日	27	28	29	30			
献立	ご飯 ロールキャベツ にらともやし炒め さつま芋サラダ	ご飯 豚肉の味噌煮込み 里芋の煮ころがし ほうれん草のゆず香和え	たけのこご飯 カレーの照り焼き 南瓜のそぼろあん 菜の花の辛子和え	ご飯 鮭フライ すき昆布煮 豆苗のお浸し			
カロリー 塩分(g)	540 2.7	533 2.5	505 2.8	513 2.3			
個別 申し込み							

●調理・配達 有料老人ホーム ちょうじゃ様の宿

受付時間 AM9:00~PM5:00

八戸市大字糠塚字大杉平6-1

●ごちそうさんホームページ●

※仕入れの状況により献立・食材を
変更する場合があります。

<https://www.hachinohe-medical.com>

ちょうじゃ様の宿HPから→ごちそうさんHPへ入れます。