

予 定 献 立 表

2025年4月16日～4月30日

《 ミニ栄養メモ 》



～ ブロッコリー1～

2026年から“指定野菜”に追加されることが発表されたブロッコリー。指定野菜が追加されるのは1974年のじゃがいも以来、およそ50年ぶりだそうです。ブロッコリーの出荷量はこの10年間で3割、20年間でおよそ倍増しており、食卓には欠かせない野菜となっています。

【1】“指定野菜”になるとどうなる？

農林水産省は特に消費量が多く、国民生活に重要な野菜を“指定野菜”と定めています。現在の指定野菜は以下の14品目です。

キャベツ、きゅうり、さといも、大根、玉ねぎ、トマト、なす、にんじん、ねぎ、白菜、じゃがいも、ピーマン、ほうれん草、レタス

指定野菜に追加されると、価格が下落した際に大規模な生産者に支払われる補助金が手厚くなり、安定した供給につながるとされています。また、これによりブロッコリーを栽培する農家が増え、価格が下がることも考えられます。生産者・消費者どちらにも嬉しいですね。

<お知らせ>

*しばらくの間、選択食、カレーの辛さ別対応はお休みとなります。ご了承ください。



日	朝食	昼食	夕食	kcal
16日 (水)	バターロール&ツイストパン・南瓜サラダ きのこのスープ・フルーツ・牛乳	ご飯・鯖のみそ煮 はすのきんぴら・お浸し・清汁	ご飯・鶏肉の唐揚げ お浸し・みそ汁・佃煮	1628
17日 (木)	パン・マーガリン・オムレツ 白菜のミルクスープ・フルーツ・牛乳	ご飯・太刀魚の塩焼・お浸し ひじき煮・みそ汁	ご飯・鶏肉と里芋のうま煮・漬物 レタスとしらすサラダ・なめこ汁	1717
18日 (金)	ご飯・ぜんまい油揚げ煮・みそ汁 キャベツとツナの和え物・佃煮	長崎ちゃんぽん あんずヨーグルト・牛乳	ご飯・鮭のさっぱり焼・卵豆腐 きんぴらごぼう・みそ汁	1660
19日 (土)	バターロール・レースンロール・スープ煮 三色野菜スクランブル・フルーツ・牛乳	ご飯・いわしの蒲焼・もずく酢の物 大根と貝柱煮・みそ汁	ご飯・豚肉の塩麴焼・フルーツサラダ 切昆布きんぴら・みそ汁	1702
20日 (日)	ご飯・鮭と卵そぼろ煮 もやしの和え物・みそ汁・佃煮	冷したぬきそば ドームケーキ(カスタード)・フルーツ・牛乳	ご飯・赤魚のカレームニエル ふきのうま煮・おろし和え・みそ汁	1550
21日 (月)	パン・マーガリン・巣ごもり卵 コーンポタージュ・フルーツ・牛乳	ご飯・豚ヒレのさっぱり照焼 卵の花炒め・お浸し・みそ汁	ご飯・かれいのおんかけ きゃべつお浸し・みそ汁	1622
22日 (火)	ご飯・納豆・みそ汁・漬物 大根とあげの炒め煮	カレーうどん・ゼリー・牛乳	ご飯・コロケ盛合せ 白菜五目煮・みそ汁	1634
23日 (水)	レーズン食パン・マーガリン ハムサラダ・スープ・フルーツ・牛乳	麦飯・いわし生姜煮【*骨ごと喫食可】 とろろ芋・ごまあえ・清汁	ご飯・肉じゃが・冷奴 みそ汁・漬物	1596
24日 (木)	パン・マーガリン・ポテトのチーズ焼 ミネストローネスープ・フルーツ・牛乳	ご飯・かに玉・切干大根サラダ 華風スープ	ご飯・鶏肉オレンジソース ごま酢和え・みそ汁・佃煮	1677
25日 (金)	ご飯・五目豆・鮭缶玉葱のせ みそ汁・焼のり	ラーメン・海草サラダ フルーツ・牛乳	ご飯・豚肉みそ漬焼 青菜しらす・切干大根煮付・清汁	1483
26日 (土)	バターロール・マーガリン・ジャム・ウイナーソーテ ポテトのポタージュ・フルーツ・牛乳	ご飯・舌びらめのムニエル 三色野菜和え物・清汁・佃煮	ご飯・鶏肉の香味だれ・土佐和え 新じゃがの和風ソーテ・みそ汁	1668
27日 (日)	ご飯・温泉卵・大根きんぴら風煮 みそ汁・ゆかり和え	たらこスパゲティー・新玉葱サラダ ババロア・牛乳	ご飯・さんま蒲焼・南瓜煮付 お浸し・清汁	1659
28日 (月)	パン・マーガリン・スクランブルエッグ スープ煮・フルーツ・牛乳	天井・ほうれん草しらす・みそ汁	ご飯・ぎょうざ スタミナ奴・華風スープ	1731
29日 (火)	ご飯・納豆・ひじき煮 みそ汁・漬物	焼きそば・フルーツ・牛乳 ほうれん草と卵のスープ	ご飯・ぶりの塩焼・ピーマン焼浸し かりフラワーうすくず煮・みそ汁	1411
30日 (水)	バターロール・ミルクロール・フルーツ・牛乳 スペイン風オムレツ・マカロニトマトスープ	ご飯・鶏肉の黄金焼 冷奴・茄子お浸し・みそ汁	ご飯・えびとほたての中華風炒め 冷し胡瓜・みそ汁・佃煮	1672