



週間予定献立表 (常食)



期間： 2024年04月28日(日) ~ 2024年05月04日(土)

	4月28日(日)	4月29日(月)	4月30日(火)	5月1日(水)	5月2日(木)	5月3日(金)	5月4日(土)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○高野と椎茸の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(キャベツ/にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○*マーメレードジャム ○コンソメスープ(白菜/パセリ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○はんぺんと大根の煮物 ○しば漬け ○味噌汁(小松菜しめじ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○粥 ○がんも煮 ○桜大根 ○味噌汁(モロ・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○車麩とふきの煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(薩摩芋・油揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○里芋と薩摩揚げの煮物 ○たくあん ○味噌汁(もやし・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○三色いなり煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(小松菜・玉葱)
食	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○牛肉とピーマンの炒め ○ピーナッツ和え ○バナナ ○すまし汁(小松・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○家常豆腐 ○トマトとオクラのお浸し ○ストロベリームース ○味噌汁(玉葱・庄内麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○粒のムニエル レモンソース ○アスパラと菜の花のサラダ ○ジャムヨーグルト(りんご) ○コンソメスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○海老炒め・クリームコロッケ ○切干大根のサラダ ○レアチーズムース ○味噌汁(若布・貝割) 	<ul style="list-style-type: none"> ○サンドイッチ ○ささみの青じそサラダ ○バナナ ○パンプキンポタージュ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ハヤシライス ○春雨サラダ ○ジャムヨーグルト(いちご) ○コンソメスープ(かぶ・椎茸) 	<ul style="list-style-type: none"> ○たけのこ御飯 ○とりの唐揚げ ○空豆のホットサラダ ○和菓子 ○わかめスープ
食	○ハッピーターン ○アップルティー	○チョコババロア ○麦茶	○ソフトドーナッツ ○玄米茶	○せんべい 雪の宿 ○レモネード	○人形焼き ○煎茶	○クリームコンフェ ○玄米茶	○黒棒名門 ○麦茶
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚ムニエル オレンジソース ○揚げ茄子の青じそ和え ○納豆 ○味噌汁(エノ・貝割) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖のごまだれ焼き ○胡瓜とわかめの酢の物 ○たくあん ○すまし汁(かぶ・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○麻婆茄子 ○ツナひじきサラダ ○つぼ漬け ○味噌汁(もやし・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖のトマト煮 ○里芋のずんだ和え ○たくあん ○味噌汁(冬瓜・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏肉の辛味噌焼き ○揚げ茄子の煮びたし ○しば漬け ○すまし汁(花麩・三葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ツナと豆腐チャンプル ○南瓜の含め煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(はんぺん/青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鮭の粕漬け焼き ○ひじきれんこん ○しば漬け ○味噌汁(舞茸・青葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1636 kcal [タンパク質] 69.6 g [脂質] 47.5 g [炭水化物] 238.4 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1746 kcal [タンパク質] 68.2 g [脂質] 58.0 g [炭水化物] 240.3 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1572 kcal [タンパク質] 55.9 g [脂質] 39.6 g [炭水化物] 238.1 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1671 kcal [タンパク質] 63.9 g [脂質] 50.9 g [炭水化物] 226.5 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1567 kcal [タンパク質] 62.6 g [脂質] 40.8 g [炭水化物] 229.9 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1690 kcal [タンパク質] 58.3 g [脂質] 41.8 g [炭水化物] 256.1 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1552 kcal [タンパク質] 61.4 g [脂質] 34.7 g [炭水化物] 235.6 g [塩分] 7.7 g

*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。



週間予定献立表 (常食)



期間： 2024年05月05日 (日) ~ 2024年05月11日 (土)

	5月5日 (日)	5月6日 (月)	5月7日 (火)	5月8日 (水)	5月9日 (木)	5月10日 (金)	5月11日 (土)
朝	○ご 飯 ○肉団子とじゃが芋煮 ○赤かっぱ ○味噌汁 (大根・にら)	○ロールパン ○スクランブルエッグ ○*イチゴジャム ○コンソメスープ (明後夜/コン)	○ご 飯 ○アスパラとソーセージのソテー ○青かっぱ ○味噌汁 (里芋・小松菜)	○ご 飯 ○野菜と豚肉のクリーム煮 ○たくあん ○味噌汁 (えのき・若布)	○ご 飯 ○三色稲荷と野菜の煮物 ○鯛味噌 ○味噌汁 (隠元・白麩)	○ロールパンとぶどうパン ○ウインナー野菜ソテー ○* マーマレードジャム ○コンソメスープ (小松菜/カブ)	○菜飯粥 ○鶏肉と野菜の旨塩煮 ○青かっぱ ○味噌汁 (南瓜・玉葱)
食	○.....おやつ..... ○牛乳						
昼	○ご 飯 ○鯖の梅だれ焼き ○卵の花 ○ジャムヨーグルト(りんご) ○味噌汁 (冬瓜・青葱)	○麦飯 ○カレーの柚子味噌煮 ○茸と隠元のとろろ和え ○メロンムース ○すまし汁 (豆腐・青葱)	○ご 飯 ○チキンカツ ○南瓜の煮付けカニあん ○バナナ ○味噌汁 (花麩・青葱)	○ご 飯 ○白身魚ムニエル オーロソース ○菜の花の辛子和え ○ジャムヨーグルト ○すまし汁 (とろろ昆布)	○ご 飯 ○鶏のレモンバターソース ○キャベツのドレッシング和え ○ピーチムース ○味噌汁 (油揚げ・もやし)	○ミートソースパゲティ ○中華サラダ ○パイナップル ○パンプキンポタージュ	○ご 飯 ○エビカツ&ポテトコロッケ ○明後夜のごまドレ和え ○ストロベリームース ○コンソメスープ (椎茸・パセリ)
食	○プリン ○玄米茶	○マリービスケット ○カフェオレ	○よもぎまんじゅう ○煎茶	○カステラ ○麦茶	○ミニクリームパン ○玄米茶	○今川焼き ○煎茶	○ロールケーキ バニラコーヒ ○アップルティー
夕	○ご 飯 ○鶏の山椒焼き ○キャベツと胡瓜の酢の物 ○つぼ漬け ○味噌汁 (若布・庄内麩)	○ご 飯 ○ハンバーグ ケチャップソース ○ひじきの煮物 ○桜大根 ○味噌汁 (さつま・ミツバ)	○ご 飯 ○料の粕漬け焼き ○春雨のマヨサラダ ○しば漬け ○味噌汁 (茄子・しめじ)	○ご 飯 ○八宝菜 ○里芋サラダ ○赤かっぱ ○味噌汁 (冬瓜・絹揚げ)	○ご 飯 ○ホッケの塩麹焼き ○茄子のおろしポン酢 ○桜大根 ○味噌汁 (じゃが・青葱)	○ご 飯 ○牛肉の大葉味噌炒め ○白菜とわかめの酢の物 ○ふりかけ ○すまし汁(豆腐/三つ葉)	○ご 飯 ○鯖の塩焼き ○ひじきの煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁 (白菜・長葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1567 kcal [タンパク質] 62.5 g [脂 質] 37.5 g [炭水化物] 235.3 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1677 kcal [タンパク質] 63.1 g [脂 質] 47.7 g [炭水化物] 253.8 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1666 kcal [タンパク質] 55.7 g [脂 質] 36.3 g [炭水化物] 264.5 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1612 kcal [タンパク質] 65.9 g [脂 質] 42.1 g [炭水化物] 241.7 g [塩 分] 6.9 g	[エネルギー] 1602 kcal [タンパク質] 64.5 g [脂 質] 31.7 g [炭水化物] 249.4 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1680 kcal [タンパク質] 65.1 g [脂 質] 49.2 g [炭水化物] 236.0 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1721 kcal [タンパク質] 67.4 g [脂 質] 57.5 g [炭水化物] 214.4 g [塩 分] 7.0 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週間予定献立表 (常食)

期間： 2024年05月12日 (日) ~ 2024年05月18日 (土)

	5月12日 (日)	5月13日 (月)	5月14日 (火)	5月15日 (水)	5月16日 (木)	5月17日 (金)	5月18日 (土)
朝	○ご飯 ○大根とツナの煮物 ○たくあん ○味噌汁 (里芋・貝割れ)	○ご飯 ○冬瓜と高野豆腐の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁 (玉葱・大根葉)	○ご飯 ○豚肉の塩炒め ○青かっぱ ○味噌汁 (さつま芋/長葱)	○食パン ○ポークビーンズ ○*イチゴジャム ○コンソメスープ (エキ・わかめ)	○ご飯 ○キャベツと竹輪の炒め煮 ○たくあん ○味噌汁 (モロ・玉葱)	○ご飯 ○大根とツナの煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁 (里芋・にら)	○ロールパン ○ウイナーのケチャップ炒め ○*マーマレードジャム ○コンソメスープ (シジ/カトル)
食	○.....おやつ..... ○牛乳						
昼	○ハヤシライス ○キャベツと若布の酢の物 ○ジャムロール (りんご) ○味噌汁 (和・三つ葉)	○ご飯 ○鮭の粕漬け焼き ○ごぼうの金平 ○バナナ ○味噌汁 (舞茸・青葱)	○ご飯 ○えびクリームシチュー ○コールスローサラダ ○黄桃缶 ○トマトスープ	○たぬきそば ○フロッピーの和風サラダ ○アップルムース	○ご飯 ○ハンバーグ ケチャップソース ○アスパラと菜の花のサラダ ○ジャムロール (いちご) ○コンソメスープ	○ご飯 ○カニ玉 ○卵の花 ○オレンジムース ○味噌汁 (玉葱・油揚げ)	○ご飯 ○鶏と大豆の味噌煮 ○白菜とみかんのサラダ ○ジャムロール (りんご) ○すまし汁 (とろろ昆布)
食	○ドームケーキ (チョコ) ○レモネード	○羊ようかん ○麦茶	○プチシュークリーム ○玄米茶	○どら焼き ○煎茶	○チーズ蒸しケーキ ○麦茶	○マスカットゼリー ○玄米茶	○カルシウムせん ○レモンティー
夕	○ご飯 ○ホキの五目あんかけ ○さつま芋のレモン煮 ○赤かっぱ ○すまし汁 (半片/青葱)	○ご飯 ○シュウマイ盛り合わせ ○白菜のゆかり和え ○桜大根 ○味噌汁 (もやし・にら)	○ご飯 ○鶏の照り焼き ○マスタード カカラ ○しば漬け ○味噌汁 (小松菜・玉葱)	○ご飯 ○カレーの利休焼き ○ポテトサラダ ○ふりかけ ○すまし汁 (花麩・三葉)	○ご飯 ○麻婆茄子 ○ツナひじきサラダ ○赤かっぱ ○味噌汁 (じゃが・青葱)	○ご飯 ○豚肉の生姜焼き ○茄子のおろしポン酢 ○桜大根 ○すまし汁 (蒲鉾/みつば)	○ご飯 ○鰯の竜田焼き ○薩摩芋と椎茸バターソース ○青かっぱ ○味噌汁 (かぶ・青葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1613 kcal [タンパク質] 59.3 g [脂質] 31.1 g [炭水化物] 261.7 g [塩分] 7.8 g	[エネルギー] 1669 kcal [タンパク質] 61.3 g [脂質] 30.5 g [炭水化物] 262.4 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1685 kcal [タンパク質] 61.3 g [脂質] 49.5 g [炭水化物] 244.0 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1616 kcal [タンパク質] 61.2 g [脂質] 50.8 g [炭水化物] 223.9 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1694 kcal [タンパク質] 55.5 g [脂質] 44.4 g [炭水化物] 255.3 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1582 kcal [タンパク質] 54.5 g [脂質] 46.9 g [炭水化物] 228.3 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1665 kcal [タンパク質] 67.8 g [脂質] 44.3 g [炭水化物] 254.8 g [塩分] 7.6 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。



週間予定献立表 (常食)



期間： 2024年05月19日(日) ~ 2024年05月25日(土)

	5月19日(日)	5月20日(月)	5月21日(火)	5月22日(水)	5月23日(木)	5月24日(金)	5月25日(土)
朝	○ご飯 ○冬瓜のかにかま煮 ○しば漬け ○味噌汁(茄子・揚げ)	○食パン ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○*りんごジャム ○コンソメスープ(マッシュ/小松菜)	○ゆかり粥 ○豚バラ大根 ○つぼ漬け ○すまし汁	○ご飯 ○肉団子と野菜の煮物 ○桜大根 ○味噌汁(油揚げ・もやし)	○ロールパンとぶどうパン ○魚肉ソーセージと野菜ソテー ○*マーマレードジャム ○コンソメスープ(MIX/クルトン)	○ご飯 ○がんとふきの煮物 ○鯛味噌 ○味噌汁(じゃが・貝割)	○ご飯 ○大根と鶏肉の炒め煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(玉葱・にら)
食	○.....おやつ..... ○牛乳						
昼	○中華丼 ○アスパラとツナのサラダ ○すまし汁(白麩・三葉) ○パイナップル	○ご飯 ○鯖の味噌煮 ○パンプキンサラダ ○オレンジムース ○すまし汁(素麺・貝割)	○ご飯 ○白身魚の葱ポン酢 ○大豆と椎茸のバター醤油 ○ジャムヨーグルト(いちご) ○味噌汁(玉葱・油揚げ)	○ご飯 ○高知名物 土佐煮 ○高知名物 サツマ芋のぬた ○レアチーズムース ○すまし汁(半片/貝割れ)	○麦飯 ○鮭のちゃんちゃん焼き ○里芋のごま煮 ○ジャムヨーグルト(りんご) ○すまし汁(ホウレンソウ・葱)	○ご飯 ○白身魚の照り焼き ○空豆と玉子のサラダ ○黄桃缶 ○すまし汁(蒲鉾・青葱)	○ポークカレー ○白菜と料理草のサラダ ○バナナ ○コンソメスープ(キャベツ・コーン)
食	○和風パイ ○煎茶	○エクレア ○玄米茶	○ムーンライトクッキー ○ミルクココア	○コーヒーゼリー ○麦茶	○黒糖手しりしり ○煎茶	○バウムクーヘン ○アップルティー	○ミニあんパン ○玄米茶
夕	○ご飯 ○たらの幽庵焼き ○ジャーマンポテト ○たくあん ○味噌汁(マッシュ/庄内麩)	○ご飯 ○豚肉の生姜焼き ○ごぼうの金平 ○赤かっぱ ○味噌汁(舞茸・青葱)	○ご飯 ○野菜たっぷり水餃子 ○茄子の生姜和え ○納豆 ○味噌汁(茄子・エキ)	○ご飯 ○カレイの五目あんかけ ○ブロッコリーのツツサガ ○青かっぱ ○すまし汁(かぶ・絹さや)	○ご飯 ○豚肉おろしポン酢炒め ○菜の花の辛子和え ○しば漬け ○味噌汁(わかめ・油揚げ)	○ご飯 ○牛肉のチャプチェ ○南瓜ときのこの味噌煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(小松菜・葱)	○ご飯 ○鰯のトマト煮 ○大豆とひじきの煮物 ○桜大根 ○味噌汁(さつま芋/長葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1566 kcal [タンパク質] 59.0 g [脂質] 38.0 g [炭水化物] 239.6 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1655 kcal [タンパク質] 64.0 g [脂質] 52.8 g [炭水化物] 225.6 g [塩分] 7.3 g	[エネルギー] 1603 kcal [タンパク質] 64.1 g [脂質] 47.8 g [炭水化物] 243.5 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1564 kcal [タンパク質] 66.9 g [脂質] 37.7 g [炭水化物] 232.4 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1633 kcal [タンパク質] 65.9 g [脂質] 42.4 g [炭水化物] 247.2 g [塩分] 6.9 g	[エネルギー] 1597 kcal [タンパク質] 69.5 g [脂質] 42.7 g [炭水化物] 255.7 g [塩分] 7.1 g	[エネルギー] 1670 kcal [タンパク質] 61.0 g [脂質] 40.2 g [炭水化物] 259.7 g [塩分] 6.8 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。



週間予定献立表 (常食)



期間： 2024年05月26日(日) ~ 2024年06月01日(土)

	5月26日(日)	5月27日(月)	5月28日(火)	5月29日(水)	5月30日(木)	5月31日(金)	6月1日(土)
朝	○ご飯 ○アスパラとツナのソテー ○青かっぱ ○味噌汁(油揚げ・もやし)	○ロールパン ○さつま揚げの炒め煮 ○*マーマレードジャム ○ミルクスープ(ほうれん草)	○ご飯 ○厚揚げと冬瓜の煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(キャベツ/白玉麩)	○ご飯 ○チキンボールのコンソメ煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(大根・にら)	○ご飯 ○かぶのかにかま煮 ○青かっぱ ○味噌汁(モロ・白玉麩)	○ご飯 ○チリコンカン ○たくあん ○味噌汁(豆腐・白菜)	○中華粥 ○高野と椎茸の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(キャベツ/にら)
食	○.....おやつ..... ○牛乳						
昼	○麦飯 ○鶏の梅ごま焼き ○胡瓜と竹輪のわか和え ○オレンジムース ○中華スープ(若布・エビ)	○ご飯 ○鶏のマスタード照焼き ○ブロッコリーのサラダ ○ジャムヨーグルト(りんご) ○味噌汁(わかめ・油揚げ)	○野菜醤油ラーメン ○納豆とツナのナムル ○ぶどうムース	○ご飯 ○鶏の幽庵焼き ○お芋とじゃこの炒め物 ○パイナップル ○味噌汁(玉葱・隠元)	○サンドイッチ ○ささみの青じそサラダ ○メロンムース ○コーンスープ	○麦飯 ○ホッケの磯焼き ○南瓜のミルク茶巾 ○ジャムヨーグルト(いちご) ○すまし汁(蒲鉾/みつば)	○ご飯 ○牛肉とピーマンの炒め ○ピーナッツ和え ○バナナ ○すまし汁(小松・青葱)
食	○ワッフル ○玄米茶	○たいやき ○煎茶	○いちごスペシャル ○麦茶	○スナック菓子 ○レモネード	○お楽しみおやつ ○麦茶	○ソフトクレープ ○玄米茶	○ハッピーターン ○乳酸菌ウォーター
夕	○ご飯 ○えびと豆腐チャンプル ○さつま芋のそぼろあん ○しば漬け ○味噌汁(納豆・玉葱)	○ご飯 ○白身魚のトマト煮 ○マカロニサラダ ○たくあん ○すまし汁(舞茸・貝割)	○ご飯 ○たらの西京焼き ○ポテトサラダ ○ふりかけ ○すまし汁(椎茸・ミツバ)	○ご飯 ○鶏のバター醤油焼き ○白菜の胡麻和え ○桜大根 ○すまし汁(豆腐・さや)	○ご飯 ○白身魚の葱ソース ○きのこのマリネ ○しば漬け ○味噌汁(小松菜・青葱)	○ご飯 ○鶏の甘酢だれ ○切干大根煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(花麩・玉葱)	○ご飯 ○白身魚とエリンギのオーロラソース ○揚げ茄子の青じそ和え ○納豆 ○味噌汁(エビ・貝割)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1626 kcal [タンパク質] 67.0 g [脂質] 41.4 g [炭水化物] 232.7 g [塩分] 6.9 g	[エネルギー] 1644 kcal [タンパク質] 69.0 g [脂質] 42.3 g [炭水化物] 248.1 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1738 kcal [タンパク質] 59.4 g [脂質] 49.1 g [炭水化物] 267.2 g [塩分] 7.4 g	[エネルギー] 1571 kcal [タンパク質] 64.5 g [脂質] 36.7 g [炭水化物] 246.0 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1629 kcal [タンパク質] 59.7 g [脂質] 60.6 g [炭水化物] 196.3 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1620 kcal [タンパク質] 66.9 g [脂質] 33.5 g [炭水化物] 239.4 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1609 kcal [タンパク質] 70.8 g [脂質] 50.1 g [炭水化物] 225.5 g [塩分] 6.9 g

*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。



シダックスフードサービス株式会社