

週 間 予 定 献 立 表 (常食)

期間： 2024年11月03日(日) ~ 2024年11月09日(土)

	11月3日(日)	11月4日(月)	11月5日(火)	11月6日(水)	11月7日(木)	11月8日(金)	11月9日(土)
朝	○ご 飯 ○はんぺんとかぶの煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(白玉麩・大根)	○ご 飯 ○がんと冬瓜の煮物 ○しば漬け ○味噌汁(菜の花・隠元)	○ご 飯 ○ウインナーのキャップ炒め ○つぼ漬け ○味噌汁(えのき・油揚げ)	○食パン ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○*マーマレードジャム ○コンソメスープ(トマト/コーン)	○ご 飯 ○キャベツと竹輪の炒め煮 ○青かっぱ ○味噌汁(小松菜・シジ)'	○ご 飯 ○冬瓜と高野豆腐の煮物 ○桜大根 ○味噌汁(もやし・にら)	○ご 飯 ○大根と薩摩揚げの煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(えのき/長葱)
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	○ご 飯 ○八宝菜 ○ツナひじきサラダ ○レアチーズムース ○すまし汁(トウモロコシ)	○ご 飯 ○牛肉のチャプチェ ○さつま芋のレモン煮 ○みかん缶 ○トマトスープ(白菜・コーン)	○天津飯 ○茄子の生姜和え ○アップルムース ○中華スープ(キャベツ・玉葱)	○ご 飯 ○鮭のちゃんちゃん焼き ○ほうれん草の山葵和え ○ジャムヨーグルト(いちご) ○すまし汁(豆腐・青葱)	○たぬきそば ○卵の花 ○オレンジムース	○ご 飯 ○鶏のレバニゲソース ○空豆と玉子のサラダ ○バナナ ○すまし汁(シジ・大根)	○ご 飯 ○鰯のトマトソースがけ ○マスタードがけ ○パイナップル ○コンソメスープ(ジャガイモ・茸)
食	○ミニクリームパン ○玄米茶	○もみじ饅頭 ○麦茶	○エクレア ○玄米茶	○ソフトサラダせんべい ○乳酸菌ウォーター	○薄皮まんじゅう ○煎茶	○かぼちゃババロア ○麦茶	○ドーナツケーキ ○玄米茶
夕	○ご 飯 ○たらの柚子塩焼き ○春雨のマヨサラダ ○青かっぱ ○味噌汁(シジ・キャベツ)	○ご 飯 ○鶏肉のクリームソース ○大根サラダ ○赤かっぱ ○味噌汁(豆腐・青葱)	○ご 飯 ○鱈の竜田焼き ○隠元のきなこ和え ○納豆 ○味噌汁(かぶ・にら)	○ご 飯 ○ヤンニョムチキン ○マカロニサラダ ○桜大根 ○味噌汁(白菜・茄子)	○ご 飯 ○肉じゃが ○揚げ茄子の青じそ和え ○ふりかけ ○味噌汁(はんぺん/隠元)	○ご 飯 ○ホキの五目あんかけ ○トマトのごまドレ和え ○赤かっぱ ○味噌汁(白菜・玉葱)	○ご 飯 ○豚肉おろしホシホシ炒め ○小松菜とシラスのお浸し ○しば漬け ○味噌汁(麩・葉大根)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1545 kcal [タンパク質] 56.2 g [脂質] 37.2 g [炭水化物] 246.5 g [塩分] 6.9 g	[エネルギー] 1648 kcal [タンパク質] 61.3 g [脂質] 39.0 g [炭水化物] 256.1 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1645 kcal [タンパク質] 60.0 g [脂質] 54.2 g [炭水化物] 229.8 g [塩分] 7.5 g	[エネルギー] 1554 kcal [タンパク質] 65.5 g [脂質] 40.5 g [炭水化物] 246.6 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1593 kcal [タンパク質] 51.5 g [脂質] 42.5 g [炭水化物] 239.3 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1568 kcal [タンパク質] 67.0 g [脂質] 40.8 g [炭水化物] 225.3 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1606 kcal [タンパク質] 62.6 g [脂質] 43.3 g [炭水化物] 231.6 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

週 間 予 定 献 立 表 (常食)

期間： 2024年11月10日(日) ~ 2024年11月16日(土)

	11月10日(日)	11月11日(月)	11月12日(火)	11月13日(水)	11月14日(木)	11月15日(金)	11月16日(土)
朝	○ロールパン ○アスパラとソーセージのソテー ○*りんごジャム ○コンソメスープ(カルトン・ベジ)	○菜飯粥 ○キャベツと鶏肉の炒め煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(若布・葉大根)	○ご 飯 ○チキンボールの煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(もやし・茄子)	○ロールパンとぶどうパン ○スクランブルエッグ ○*マーマレードジャム ○ミルクスープ(ほうれん草)	○ご 飯 ○がんとふきの煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(キャベツ/白玉麩)	○ご 飯 ○かぶのかにかま煮 ○しば漬け ○味噌汁(里芋・にら)	○食パン ○納豆草とベーコンのソテー ○*イチゴジャム ○ミルクスープ(和・エ/キ)
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	○ご 飯 ○鶏の山椒焼き ○白菜のゆかり和え ○ストロベリームース ○すまし汁(舞茸・貝割)	○埼玉名物 かてめし ○鮭の粕漬け焼き ○埼玉名物 味噌汁 ○ジャムヨーグルト(りんご) ○すまし汁(蒲鉾/みつば)	○ご 飯 ○レタ&かきクリームコロッケ ○白菜とみかんのサラダ ○黄桃缶 ○コンソメスープ(玉葱・MIX)	○ソース焼きそば ○ブロッコリーの和風サラダ ○レアチーズムース ○すまし汁(白菜・青葱)	○麦飯 ○カレイの柚子味噌煮 ○山芋おくら ○ジャムヨーグルト(いちご) ○すまし汁(椎茸・ミツバ)	○ご 飯 ○鶏のバター醤油焼き ○アスパラとカブのソテー ○ピーチムース ○コンソメスープ(ホレンソウ/ベジ)	○シーフードカレー ○コールスローサラダ ○バナナ ○トマトスープ(玉葱・マッシュ)
食	○ムーンライトクッキー ○カフェオレ	○たいやき ○煎茶	○ぶどうゼリー ○麦茶	○ソフトドーナツ ○玄米茶	○ミニあんパン ○麦茶	○チーズ蒸しケーキ ○玄米茶	○バウムクーヘン ○麦茶
夕	○ご 飯 ○鯖の幽庵焼き ○南瓜ときのこのミルク煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(玉葱・にら)	○ご 飯 ○すき焼き煮 ○隠元のピナツ和え ○桜大根 ○味噌汁(かぶ・青葱)	○ご 飯 ○白身魚とエビパスタソース ○大豆とひじきの煮物 ○しば漬け ○味噌汁(小松菜えのき)	○ご 飯 ○鶏の甘酢あん ○胡瓜と竹輪の中華サラダ ○ふりかけ ○中華スープ	○ご 飯 ○ツナと豆腐チャンプル ○ポテトサラダ ○つぼ漬け ○味噌汁(舞茸・青葱)	○ご 飯 ○鯖の梅だれ焼き ○ブロッコリーサラダ ○青かっぱ ○味噌汁(庄内麩・青葱)	○ご 飯 ○麻婆茄子 ○ピーマンソテー ○赤かっぱ ○中華スープ(青梗菜/青葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1578 kcal [タンパク質] 65.0 g [脂 質] 36.7 g [炭水化物] 236.2 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1600 kcal [タンパク質] 64.5 g [脂 質] 40.2 g [炭水化物] 237.7 g [塩 分] 6.9 g	[エネルギー] 1559 kcal [タンパク質] 55.9 g [脂 質] 43.3 g [炭水化物] 225.6 g [塩 分] 7.1 g	[エネルギー] 1592 kcal [タンパク質] 62.8 g [脂 質] 51.1 g [炭水化物] 223.7 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1663 kcal [タンパク質] 67.3 g [脂 質] 46.3 g [炭水化物] 248.2 g [塩 分] 7.1 g	[エネルギー] 1599 kcal [タンパク質] 60.8 g [脂 質] 41.2 g [炭水化物] 238.3 g [塩 分] 6.9 g	[エネルギー] 1664 kcal [タンパク質] 62.9 g [脂 質] 60.4 g [炭水化物] 234.1 g [塩 分] 7.5 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11月17日(日) ～ 2024年11月23日(土)

	11月17日(日)	11月18日(月)	11月19日(火)	11月20日(水)	11月21日(木)	11月22日(金)	11月23日(土)
朝	○ご 飯 ○大根とさつま揚げの煮 ○しば漬 ○味噌汁(南瓜・長葱)	○ご 飯 ○豚肉の塩炒め ○つぼ漬 ○味噌汁(隠元・白麩)	○ご 飯 ○大根とツナの煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(豆腐・油揚げ)	○食パン ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○*マーメイドジャム ○コンソメスープ(芋/ベーコン)	○中華粥 ○高野と椎茸の煮物 ○赤かっぱ ○味噌汁(玉葱・にら)	○ご 飯 ○がんも煮 ○つぼ漬 ○味噌汁(冬瓜・豆腐)	○ローションとぶどうパン ○チリコンカン ○*りんごジャム ○コンソメスープ(杓苳草/バジ)
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	○ご 飯 ○鶏肉の辛味噌焼き ○大豆とひじきの煮物 ○アップルムース ○すまし汁(カメ・ハク)	○ご 飯 ○ポークチャップ ○切干大根のサラダ ○パイナップル ○すまし汁(舞茸・万葱)	○きのこご飯 ○鮭の幽庵焼き ○サツマと林檎の和サラダ ○和菓子 ○すまし汁(印・椎茸)	○ご 飯 ○海老か・南瓜コロッケ ○アスパラと青菜のサラダ ○メロンムース ○トマトスープ(バジ・マッシュ)	○いなり寿司 ○カレイの利休焼き ○南瓜のいとこ煮 ○バナナ ○味噌汁(冬瓜・シジ)	○カレーうどん ○菜の花のわさび和え ○みかん缶	○ご 飯 ○鶏の梅焼き ○茄子のおろしポン酢 ○ジャム・グー(いちご) ○中華スープ(若布・か)
食	○ぼたぼた焼き ○レモネード	○ソフトクレープ ○麦茶	○クリームコンフェ ○玄米茶	○黒糖まんじゅう ○煎茶	○黒棒名門 ○玄米茶	○あずきババロア ○麦茶	○お楽しみおやつ ○玄米茶
夕	○ご 飯 ○白身魚の葱ポン酢 ○さつま芋のミルク茶巾 ○納豆 ○味噌汁(もやし/菜の花)	○ご 飯 ○えびと豆腐のチャンプル ○れんこんのおおさ炒め ○赤かっぱ ○味噌汁(玉葱・にら)	○ご 飯 ○鶏のレモンターソース ○ほうれん草のソテー ○たくあん ○味噌汁(かぶ・さや)	○ご 飯 ○肉豆腐 ○胡瓜とわかめの酢の物 ○つぼ漬 ○味噌汁(もやし・茄子)	○ご 飯 ○鶏肉の治部煮 ○印ハクのゆずポン和え ○桜大根 ○味噌汁(かぶ・揚げ)	○ご 飯 ○糖のごまだれ焼き ○里芋のそぼろあん ○ふりかけ ○すまし汁(トコ・蒲鉾)	○ご 飯 ○鰯の南蛮あんかけ ○南瓜の含め煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(もやし・青葱)
食	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・
栄養量目安	[エネルギー] 1578 kcal [タンパク質] 64.9 g [脂質] 28.1 g [炭水化物] 260.5 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1641 kcal [タンパク質] 60.9 g [脂質] 45.9 g [炭水化物] 222.0 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1619 kcal [タンパク質] 65.0 g [脂質] 33.3 g [炭水化物] 248.0 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1691 kcal [タンパク質] 53.1 g [脂質] 55.3 g [炭水化物] 243.5 g [塩分] 6.5 g	[エネルギー] 1588 kcal [タンパク質] 74.3 g [脂質] 37.0 g [炭水化物] 237.0 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1590 kcal [タンパク質] 58.1 g [脂質] 51.1 g [炭水化物] 222.2 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1596 kcal [タンパク質] 64.8 g [脂質] 40.0 g [炭水化物] 232.3 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

週 間 予 定 献 立 表 (常食)

期間： 2024年11月24日(日) ~ 2024年11月30日(土)

	11月24日(日)	11月25日(月)	11月26日(火)	11月27日(水)	11月28日(木)	11月29日(金)	11月30日(土)
朝	○ご 飯 ○厚揚げと冬瓜の煮物 ○しば漬け ○味噌汁(えのき・絹さ)	○ご 飯 ○はんぺんと大根の煮物 ○赤かっぱ ○味噌汁(さつま・さや)	○ご 飯 ○肉団子とじゃが芋煮 ○青かっぱ ○味噌汁(キャベツ・モツ)	○ご 飯 ○がんもとふきの煮物 ○たくあん ○味噌汁(舞茸・青葱)	○ご 飯 ○豚肉と野菜の中華炒め ○つぼ漬け ○味噌汁(えのき・若布)	○ご 飯 ○三色いなり煮 ○鯛味噌 ○味噌汁(隠元・白麴)	○ロールパン ○スクランブルエッグ ○*イチゴジャム ○トマトスープ(パセリ・マッシュ)
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	○ご 飯 ○鰯の西京焼き ○金平ごぼう ○オレンジムース ○すまし汁(蒲鉾/シジ)	○三色丼 ○菜の花のサラダ ○バナナ ○味噌汁(舞茸・青葱)	○ご 飯 ○牛皿 ○ほうれん草の胡麻和え ○レアチーズムース ○味噌汁(若布・麴)	○サンドイッチ ○ささみの青じそサラダ ○ジャム・フルーツ(りんご) ○パンプキンポタージュ	○ご 飯 ○タラのマスタード焼き ○ほうれん草のピーマン炒め ○黄桃缶 ○トマトスープ(シジ・コーン)	○ご 飯 ○鯨の生姜煮 ○もやしのナムル ○アップルムース ○味噌汁(じゃが・油揚)	○野菜醤油ラーメン ○隠元のきなこ和え ○ジャム・フルーツ(いちご)
食	○クッキー(チョコイス) ○ココア	○和風パイ ○玄米茶	○コーヒーゼリー ○麦茶	○よもぎまんじゅう ○煎茶	○ペ・アクリムワッフル ○麦茶	○芋ようかん ○玄米茶	○人形焼き ○煎茶
夕	○ご 飯 ○牛肉のチャブチエ ○小松菜とシスのお浸し ○たくあん ○味噌汁(ハクワン/里芋)	○ご 飯 ○鶏のマヨネーズ焼き ○茄子と車麴の煮物 ○つぼ漬け ○すまし汁(トコ・ヤ)	○ご 飯 ○鯖の塩焼き ○山芋おくら ○しば漬け ○味噌汁(えのき/長葱)	○ご 飯 ○白身魚の葱ソース ○菜の花の酢味噌和え ○桜大根 ○味噌汁(ハクワン/隠元)	○ご 飯 ○鶏のバター醤油焼き ○パンプキンサラダ ○赤かっぱ ○味噌汁(油揚・長葱)	○ご 飯 ○豚肉の大葉味噌炒め ○揚げ茄子の煮びたし ○桜大根 ○すまし汁(トコ・貝割)	○ご 飯 ○麻婆豆腐 ○アスパラの中華炒め ○ふりかけ ○中華スープ(若布・エノ)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1655 kcal [タンパク質] 64.6 g [脂質] 42.8 g [炭水化物] 246.5 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1641 kcal [タンパク質] 62.5 g [脂質] 46.7 g [炭水化物] 238.5 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1679 kcal [タンパク質] 58.5 g [脂質] 54.4 g [炭水化物] 230.2 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1596 kcal [タンパク質] 60.4 g [脂質] 56.6 g [炭水化物] 204.9 g [塩分] 7.3 g	[エネルギー] 1621 kcal [タンパク質] 60.7 g [脂質] 43.1 g [炭水化物] 225.2 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1606 kcal [タンパク質] 62.0 g [脂質] 32.5 g [炭水化物] 253.2 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1640 kcal [タンパク質] 59.1 g [脂質] 54.3 g [炭水化物] 236.6 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

週間予定献立表 (常食)

期間： 2024年12月01日(日) ~ 2024年12月07日(土)

	12月1日(日)	12月2日(月)	12月3日(火)	12月4日(水)	12月5日(木)	12月6日(金)	12月7日(土)
朝	○ゆかり粥 ○肉団子と野菜の煮物 ○青かつぱ ○味噌汁(モロ・えのき)	○ご飯 ○野菜と豚肉のクリーム煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(若布・葉大根)	○ご飯 ○はんぺんと冬瓜の煮物 ○たくあん ○味噌汁(小松菜・かぶ)	○ご飯 ○大根とツナの煮物 ○鯛味噌 ○味噌汁(玉葱・納豆)	○ご飯 ○肉団子のトマト煮 ○たくあん ○味噌汁(里芋・玉葱)	○食パン ○アロココリとウイナのソテー ○*マーメレードジャム ○トマスブ(シジ・玉葱)	○ご飯 ○はんぺんと白菜の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(白玉麩・大根)
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	○ご飯 ○鶏と大豆の味噌煮 ○里芋のずんだ和え ○ピーチムース ○すまし汁(白菜・青葱)	○ご飯 ○ヒレカツ&ポテトコロッケ ○いんげんの胡麻和え ○ジャムヨーグルト(りんご) ○トマスブ(シジ・コーン)	○ポークカレー ○マカロニサラダ ○バナナ ○コンソメスープ(カボチャ・マッシュ)	○握り寿司 ○茶碗蒸し ○みかん缶 ○すまし汁(かぶ・絹さや)	○ご飯 ○白身魚ムニエル ガーリックソース ○ほうれん草チーズクリーム煮 ○ぶどうムース ○コンソメスープ(キャベツ・コーン)	○ご飯 ○鯖の味噌煮 ○小松菜の煮びたし ○ジャムヨーグルト(いちご) ○すまし汁(豆腐・貝割)	○ご飯 ○鶏の磯辺焼き ○切干大根煮 ○パインアップル ○味噌汁(えのき/青葱)
食	○ハッピーターン ○レモンティー	○今川焼き ○煎茶	○ふわふわワッフル ○玄米茶	○ロールケーキ ○麦茶	○どら焼き ○煎茶	○マリービスケット ○ミルクティー	○プリン ○玄米茶
夕	○ご飯 ○鰯の照り焼き ○茄子とツナの生姜和え ○しば漬け ○味噌汁(じゃが・油揚げ)	○ご飯 ○カレーの五目あんかけ ○白菜のゆかり和え ○赤かつぱ ○すまし汁(トロ・ミソ)	○ご飯 ○鶏の柚子こしょう焼き ○里芋サラダ ○納豆 ○味噌汁(にら・絹さや)	○ご飯 ○回鍋肉 ○菜の花のサラダ ○つぼ漬け ○すまし汁(とろろ昆布)	○ご飯 ○鶏の照り焼き ○やわらか大学芋 ○しば漬け ○すまし汁(花麩・三葉)	○ご飯 ○ハンバーグ ケチャップソース ○胡瓜とわかめの酢の物 ○赤かつぱ ○味噌汁(里芋・油揚げ)	○ご飯 ○豚肉の生姜焼き ○春雨のマヨサラダ ○ふりかけ ○味噌汁(南瓜・隠元)
食	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・
栄養量目安	[エネルギー] 1549 kcal [タンパク質] 74.1 g [脂質] 39.1 g [炭水化物] 235.4 g [塩分] 6.9 g	[エネルギー] 1634 kcal [タンパク質] 63.6 g [脂質] 40.6 g [炭水化物] 243.2 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1642 kcal [タンパク質] 59.9 g [脂質] 37.0 g [炭水化物] 244.4 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1573 kcal [タンパク質] 73.9 g [脂質] 38.3 g [炭水化物] 231.5 g [塩分] 7.4 g	[エネルギー] 1648 kcal [タンパク質] 62.3 g [脂質] 36.1 g [炭水化物] 263.4 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1609 kcal [タンパク質] 63.1 g [脂質] 47.6 g [炭水化物] 234.6 g [塩分] 7.4 g	[エネルギー] 1635 kcal [タンパク質] 67.7 g [脂質] 42.5 g [炭水化物] 235.3 g [塩分] 6.5 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。