



週間予定献立表 (常食)



期間： 2025年02月09日 (日) ~ 2025年02月15日 (土)

	2月9日 (日)	2月10日 (月)	2月11日 (火)	2月12日 (水)	2月13日 (木)	2月14日 (金)	2月15日 (土)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○はんぺんと冬瓜の煮物 ○たくあん ○味噌汁 (小松菜・かぶ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○野菜とウインナーのソテー ○青かっぱ ○味噌汁 (茄子・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○菜飯粥 ○お芋と薩摩揚げの煮物 ○たくあん ○味噌汁 (舞茸・揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○肉団子のコンソメ煮 ○* マーメレードジャム ○ミルクスープ (玉葱・エビ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○はんぺんと白菜の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁 (しめじ・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○がんと冬瓜の煮物 ○しば漬け ○味噌汁 (茄子・貝割) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○厚揚げとふきの煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁 (小松菜・大根)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳
昼	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の磯辺焼き ○マカロニサラダ ○アップルムース ○味噌汁 (南瓜・隠元) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○海老かき・南瓜コロッケ ○隠元のピザナッツ和え ○バナナ ○コンソメスープ (白菜・ササ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚とエビのフリットソース ○アスパラとベコンのソテー ○レアチーズムース ○パンパキンポタージュ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の味噌煮 ○小松菜の煮びたし ○ジャム・フルーツ (いちご) ○すまし汁 (豆腐・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○たぬきそば ○切干大根煮 ○パイナップル 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏肉のクリームソース ○さつま芋のレモン煮 ○メロンムース ○トマトスープ (白菜・コーン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○牛肉のチャプチェ ○白菜とみかんのサラダ ○ジャム・フルーツ (りんご) ○コンソメスープ (カブ・パセリ)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○たいやき ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○クリームコンフェ ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○どら焼き ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○マリービスケット ○ミルクティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○もみじ饅頭 ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○チョコババロア ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○エクレア ○玄米茶
夕	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鮭の西京焼き ○やわらか大学芋 ○赤かっぱ ○すまし汁 (若布・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○カレイの煮付け ○菜の花のサラダ ○納豆 ○すまし汁 (トウモロコシ・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の照り焼き ○里芋サラダ ○しば漬け ○すまし汁 (半片/三つ葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ハンバーグ ケチャップソース ○大根サラダ ○赤かっぱ ○味噌汁 (油揚げ・隠元) 	<ul style="list-style-type: none"> ○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) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○たらの柚子塩焼き ○納豆のきなこ和え ○納豆 ○味噌汁 (かぶ・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鰯の竜田焼き ○胡瓜とわかめの酢の物 ○つぼ漬け ○味噌汁 (ジャガイモ・キャベツ)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1551 kcal [タンパク質] 60.1 g [脂質] 26.6 g [炭水化物] 262.0 g [塩分] 6.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1575 kcal [タンパク質] 59.6 g [脂質] 41.7 g [炭水化物] 244.5 g [塩分] 6.4 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1551 kcal [タンパク質] 60.2 g [脂質] 37.2 g [炭水化物] 225.0 g [塩分] 7.4 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1559 kcal [タンパク質] 62.7 g [脂質] 42.7 g [炭水化物] 232.4 g [塩分] 6.9 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1636 kcal [タンパク質] 63.3 g [脂質] 40.9 g [炭水化物] 243.6 g [塩分] 6.9 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1580 kcal [タンパク質] 67.6 g [脂質] 32.0 g [炭水化物] 251.5 g [塩分] 7.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1575 kcal [タンパク質] 59.6 g [脂質] 42.0 g [炭水化物] 226.2 g [塩分] 6.6 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。



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： 2025年02月16日(日) ~ 2025年02月22日(土)

	2月16日(日)	2月17日(月)	2月18日(火)	2月19日(水)	2月20日(木)	2月21日(金)	2月22日(土)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○鶏肉のトマト煮 ○* マーマレードジャム ○コンソメスープ(芋・コーン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○キャベツと竹輪の炒め煮 ○調味噌 ○味噌汁(小松菜・大根) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○冬瓜と高野豆腐の煮物 ○桜大根 ○味噌汁(もやし・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○さつま揚げの炒め煮 ○青かっぱ ○味噌汁(キャベツ・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○スクランブルエッグ ○* マーマレードジャム ○ミルクスープ(玉葱・クルトン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○卵粥 ○冬瓜のかにかま煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(じゃが・モツ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパンとぶどうパン ○アスパラとソーセージのソテー ○* りんごジャム ○トマトスープ(パセリ・マッシュ)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳
昼	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鮭のちゃんちゃん焼き ○菜の花のわさび和え ○ストロベリームース ○すまし汁(里芋・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚とエリンギパスタソース ○切干大根のサラダ ○ジャムヨーグルト(いちご) ○トマトスープ(シジメ・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○中華丼 ○茄子の生姜和え ○バナナ ○中華スープ(キャベツ・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鱈のトマトソースがけ ○パンプキンサラダ ○黄桃缶 ○コンソメスープ(芋/ウインナー) 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○鶏の山椒焼き ○茸と隠元のとろろ和え ○オレンジムース ○すまし汁(かぶ・レタ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○岡山名物けんちんそば ○卵の花 ○ジャムヨーグルト(りんご) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○たらの梅焼き ○南瓜のいとこ煮 ○みかん缶 ○すまし汁(椎茸・ミツバ)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○ばかうけ ○レモンティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○リングドーナツ ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○薄皮クリームパン ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○コーヒーゼリー ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○薄皮つばあんぱん ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールケーキ ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○黒糖まんじゅう ○煎茶
夕	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ヤンニョムチキン ○エビのポン酢和え ○桜大根 ○味噌汁(玉葱・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ツナと豆腐チャンプル ○キャベツと竹輪の梅和え ○赤かっぱ ○味噌汁(かぶ・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○材の粕漬け焼き ○ホウレン草のピーナツ和え ○つぼ漬け ○味噌汁(南瓜・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉おろしポン酢炒め ○青梗菜とシラスのお浸し ○しば漬け ○味噌汁(麩・若布) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○カレイの五目あんかけ ○菜の花のサラダ ○赤かっぱ ○味噌汁(里芋・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鰯の幽庵焼き ○マカロニサラダ ○ふりかけ ○味噌汁(かぶ・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○麻婆茄子 ○中華サラダ ○しば漬け ○中華スープ(春雨/若布)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1550 kcal [タンパク質] 70.1 g [脂質] 33.4 g [炭水化物] 239.1 g [塩分] 6.3 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1564 kcal [タンパク質] 60.1 g [脂質] 39.2 g [炭水化物] 240.3 g [塩分] 7.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1563 kcal [タンパク質] 62.8 g [脂質] 41.3 g [炭水化物] 235.4 g [塩分] 7.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1588 kcal [タンパク質] 59.9 g [脂質] 45.6 g [炭水化物] 223.1 g [塩分] 6.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1552 kcal [タンパク質] 66.8 g [脂質] 40.5 g [炭水化物] 236.2 g [塩分] 6.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1555 kcal [タンパク質] 65.8 g [脂質] 39.6 g [炭水化物] 229.2 g [塩分] 7.4 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1584 kcal [タンパク質] 55.7 g [脂質] 38.2 g [炭水化物] 248.2 g [塩分] 7.3 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： 2025年02月23日(日) ~ 2025年03月01日(土)

	2月23日(日)	2月24日(月)	2月25日(火)	2月26日(水)	2月27日(木)	2月28日(金)	3月1日(土)
朝	○ご飯 ○厚揚げと冬瓜の煮物 ○桜大根 ○味噌汁(モロ・シジ)	○ご飯 ○がんもどきの煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(キャベツ/白玉麩)	○ご飯 ○納豆とベーコンのソテー ○赤かっぱ ○味噌汁(白菜・えのき)	○ご飯 ○かぶのかにかま煮 ○しば漬 ○味噌汁(里芋・にら)	○ご飯 ○チキンボールの煮物 ○鰯味噌 ○味噌汁(大根・油揚げ)	○ご飯 ○がんも煮 ○つぼ漬 ○味噌汁(隠元・白麩)	○ゆかり粥 ○さつま揚げの炒め煮 ○青かっぱ ○味噌汁(豆腐・油揚げ)
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 ○回鍋肉 ○ブロッコリーと胡瓜のソテー ○ピーチムース ○すまし汁(白麩・玉葱)	○ご飯 ○鰹のカレームニエル ○枝豆のソテー ○パイナップル ○トマトスープ(白菜・ウインナー)	○ご飯 ○鶏のバター醤油焼き ○金平ごぼう ○ジャコウフルーツ(いちご) ○すまし汁(蒲鉾/シジ)	○サンドイッチ ○ささみの青じそサラダ ○ぶどうムース ○コーンスープ	○ご飯 ○カレーの柚子味噌煮 ○南瓜ときのこのミルク煮 ○バナナ ○すまし汁(半片・納豆)	○ご飯 ○ポークチャップ ○空豆と玉子のサラダ ○黄桃缶 ○コンソメスープ(白菜/パセリ)	○キーマカレー ○ブロッコリーのソーセージ ○ジャコウフルーツ(りんご) ○コンソメスープ(納豆/コーン)
食	○ムーンライトクッキー ○カフェオレ	○人形焼き ○煎茶	○いちごプリン ○玄米茶	○今川焼き ○煎茶	○ロールケーキ(苺) ○玄米茶	○プチシュークリーム ○麦茶	○ぶどうゼリー ○玄米茶
夕	○ご飯 ○ホッケの磯焼き ○ひじきの煮物 ○赤かっぱ ○味噌汁(えのき・大根)	○ご飯 ○肉じゃが ○小松菜のお浸し ○つぼ漬 ○味噌汁(舞茸・豆腐)	○ご飯 ○鯖の生姜煮 ○ブロッコリーサラダ ○たくあん ○味噌汁(庄内麩・青葱)	○ご飯 ○白身魚の葱ソース ○さつま芋のミルク茶巾 ○納豆 ○味噌汁(もやし/小松菜)	○ご飯 ○鶏の甘酢あん ○ビーフソテー ○赤かっぱ ○中華スープ(カト/長葱)	○ご飯 ○カニ玉 ○胡瓜と竹輪の中華炒め ○しば漬 ○中華スープ(若布・エキ)	○ご飯 ○えびと豆腐のチャンプル ○れんこんのおおさ炒め ○たくあん ○味噌汁(玉葱・にら)
食	○・・・	○・・・	○・・・	○・・・	○・・・	○・・・	○・・・
栄養量目安	[エネルギー] 1655 kcal [タンパク質] 60.7 g [脂質] 49.9 g [炭水化物] 236.3 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1557 kcal [タンパク質] 62.5 g [脂質] 39.6 g [炭水化物] 235.9 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1569 kcal [タンパク質] 61.1 g [脂質] 43.2 g [炭水化物] 222.5 g [塩分] 7.4 g	[エネルギー] 1658 kcal [タンパク質] 60.5 g [脂質] 47.8 g [炭水化物] 240.8 g [塩分] 7.1 g	[エネルギー] 1557 kcal [タンパク質] 67.2 g [脂質] 31.5 g [炭水化物] 253.4 g [塩分] 7.1 g	[エネルギー] 1656 kcal [タンパク質] 56.0 g [脂質] 58.5 g [炭水化物] 227.9 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1587 kcal [タンパク質] 58.4 g [脂質] 49.8 g [炭水化物] 212.9 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： 2025年03月02日 (日) ~ 2025年03月08日 (土)

	3月2日 (日)	3月3日 (月)	3月4日 (火)	3月5日 (水)	3月6日 (木)	3月7日 (金)	3月8日 (土)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパンとぶどうパン ○チリコンカン ○* マーマレードジャム ○ミルクスープ(白菜/茸) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○高野と椎茸の煮物 ○赤かっぱ ○味噌汁 (玉葱・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉の塩炒め ○つぼ漬け ○味噌汁 (大根・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○大根と薩摩揚げの煮物 ○桜大根 ○味噌汁 (さつま・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○しば漬け ○味噌汁 (茄子・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○じゃが芋のツナ煮 ○赤かっぱ ○味噌汁 (豆腐・三つ葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○えびと野菜の中華煮 ○青かっぱ ○味噌汁 (キャベツ・トマト)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳
昼	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の柚子こしょう焼き ○切干大根煮 ○アップルムース ○すまし汁(白麩・三葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ちらし寿司 ○とりの唐揚げ ○お芋とじゃこの炒め物 ○あさりのお吸い物 ○和菓子 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○カレーの利休焼き ○かぼちゃのゆかり和え ○ストロベリームース ○すまし汁 (トロロ・蒲鉾) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ヒカ&カニクリームコロッケ ○きのこのマリネ ○みかん缶 ○トマトスープ (白菜・コーン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○野菜醤油ラーメン ○ブロッコリーの和風サラダ ○ジャムヨーグルト(いちご) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○材料のムニエル (パン・ソース) ○菜の花のサラダ ○バナナ ○味噌汁 (舞茸・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○牛皿 ○納豆のきなこ和え ○パイナップル ○味噌汁 (若布・麩)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○チョコイス ○ミルクココア 	<ul style="list-style-type: none"> ○バウムクーヘン ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○いちごスペシャル ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○カルシウムせん ○乳酸菌ウォーター 	<ul style="list-style-type: none"> ○和風パイ ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○薄皮チョコパン ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○黒棒名門 ○麦茶
夕	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鰯の南蛮あんかけ ○胡瓜とわかめの酢の物 ○つぼ漬け ○味噌汁 (もやし・茄子) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚の葱ポン酢ソース ○アスパラのサラダ ○ふりかけ ○味噌汁 (かぶ・花麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○肉豆腐 ○もやしと胡瓜の梅和え ○青かっぱ ○味噌汁 (若布・庄内麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖のごまだれ焼き ○菜の花の酢味噌和え ○納豆 ○味噌汁 (かぶ・万葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○たらの西京焼き ○南瓜の煮付けカニあん ○ふりかけ ○すまし汁(白菜・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏のマヨネーズ焼き ○茄子と車麩の煮物 ○つぼ漬け ○すまし汁 (トロロ・竹) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の塩焼き ○山芋おくら ○しば漬け ○味噌汁 (えのき/長葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1651 kcal [タンパク質] 66.2 g [脂質] 44.8 g [炭水化物] 241.7 g [塩分] 7.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1601 kcal [タンパク質] 65.1 g [脂質] 37.9 g [炭水化物] 264.0 g [塩分] 7.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1635 kcal [タンパク質] 60.0 g [脂質] 44.3 g [炭水化物] 231.3 g [塩分] 6.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1669 kcal [タンパク質] 57.6 g [脂質] 39.8 g [炭水化物] 267.5 g [塩分] 7.0 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1649 kcal [タンパク質] 60.5 g [脂質] 35.9 g [炭水化物] 273.7 g [塩分] 7.0 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1572 kcal [タンパク質] 57.6 g [脂質] 42.9 g [炭水化物] 232.7 g [塩分] 6.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1636 kcal [タンパク質] 60.5 g [脂質] 49.4 g [炭水化物] 230.4 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。