予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年6月29日　～　2026年7月5日

	29日(月)	30日(火)	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)
朝	御飯 しらたき金平 かぶのおかか和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 オムレツ やわらかいかと大根煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 野菜巾着 いんげんの胡麻ﾏﾖ和え すまし汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 あんかけ豆腐 かぶのおかか煮 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 納豆 小松菜の醤油漬 昆布佃煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 目玉焼 野菜ソテー 味噌汁 ジョア ヨーグルト	御飯 ｳｲﾝﾅｰ入り厚巻卵 菜の花のからし和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
昼	味噌ラーメン 焼餃子 胡瓜とわかめの酢の物 オレンジ	ひつまぶし 海老と夏野菜の天ぷら 宝玉寄せ すまし汁 フルーツ盛合せ	助六寿司 茄子のはさみ揚げ 豚の角煮 すまし汁 すいか	りんごパン 鶏のトマト煮込み マセドアンスープ オレンジ	御飯 プルコギ 三色野菜のナムル 冬瓜と桜ｴﾋﾞのｽｰﾌﾟ 洋なし缶	ゆかりご飯 揚げ出し豆腐 竹輪と三つ葉の和え物 味噌汁 りんご	御飯 ハンバーグｵﾆｵﾝｿｰｽ きんぴらごぼう かきたまスープ バナナ
間	人形焼	きなマンジェ	ｸﾚｰﾌﾟｶｽﾀｰﾄﾞｹｰｷ	チップスターのり塩	ミルクソフトクッキー	すいかゼリー	静岡県産お茶プリン
夕	御飯 二色焼売 春雨の華風和え ザーサイ 五目スープ	御飯 鰆の香味焼 野菜のおかか和え たくあん漬 味噌汁	御飯 八宝菜 なめ茸みぞれ和え うぐいす豆 味噌汁	御飯 かにたま ひじきの炒め煮 桜漬 すまし汁	御飯 かじきの香味焼 高野の含め煮 しその実和え 味噌汁	御飯 千草焼 里芋と貝柱の煮物 昆布豆 味噌汁	御飯 カレイの煮付け 春菊と椎茸の和え物 わかめの磯漬 すまし汁

	ｴﾈﾙｷﾞｰ　1402kcal たんぱく質　55.0g 脂質　29.6g 炭水化物　224.1g 食塩相当量　7.9g 0	ｴﾈﾙｷﾞｰ　1358kcal たんぱく質　63.5g 脂質　27.1g 炭水化物　188.2g 食塩相当量　7.6g 0	ｴﾈﾙｷﾞｰ　1436kcal たんぱく質　58.9g 脂質　39.1g 炭水化物　208.1g 食塩相当量　6.9g 0	ｴﾈﾙｷﾞｰ　1390kcal たんぱく質　55.8g 脂質　36.6g 炭水化物　202.5g 食塩相当量　7.2g 0	ｴﾈﾙｷﾞｰ　1439kcal たんぱく質　64.4g 脂質　38.1g 炭水化物　202.0g 食塩相当量　6.6g 0	ｴﾈﾙｷﾞｰ　1366kcal たんぱく質　58.6g 脂質　24.4g 炭水化物　221.6g 食塩相当量　6.9g 0	ｴﾈﾙｷﾞｰ　1396kcal たんぱく質　59.8g 脂質　32.3g 炭水化物　211.1g 食塩相当量　6.2g 0

予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年7月6日　～　2026年7月12日

	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)
朝	御飯 生揚げの炒め煮 ほうれん草のおひたし 梅干し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 ツナじゃが あさり大根 かっぱ漬 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 五目大豆 胡瓜の塩もみ 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 魚肉ｿｰｾｰｼﾞのｶﾚｰ炒め いんげんの炒め煮 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 筑前煮 納豆おろし和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 にしんの甘露煮 青梗菜とささ身炒め 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 卵の花 切干大根の煮物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
昼	御飯 味噌カツ 胡瓜とわかめの酢物 吉野汁 白桃缶	御飯 鯖のレモン照焼 かぶとしらすのサラダ 味噌汁 オレンジ	七夕そうめん 鶏とオクラの天ぷら 豚汁 メロン	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ・ｸﾘｰﾑﾊﾟﾝ ポークビーンズ マセドアンスープ キウイフルーツ	炒飯 春雨サラダ 中華スープ アロエシロップ漬	御飯 メカジキの西京焼 さつまいもの甘煮 すまし汁 フルーツカクテル	御飯 鶏の山賊焼 じゃが煮 かきたまスープ オレンジ
間	海老せんべい	ブルーベリークレープ	七夕ゼリー	歌舞伎揚	ミルクプリン	宇治抹茶ワッフル	チョコレート
夕	御飯 ホキのケイジャン焼 ところてん なめ茸おろし すまし汁	御飯 松風焼 いんげんのごま和え 桜漬 五目スープ	御飯 赤魚の粕漬焼 ふきの煮物 はりはり漬 味噌汁	御飯 鰆の西京焼 キャベツの肉味噌和え 大根の梅香和え すまし汁	本日の選択食は Ａ：炭火焼つくね Ｂ：えびの湯葉巻 御飯 椎茸と胡瓜の和え物 野沢菜漬 味噌汁 です！お楽しみに♪	御飯 回鍋肉 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｵｲｽﾀｰ炒め しば漬 中華スープ	御飯 鯵の南蛮漬 れんこんの金平 つぼ漬 すまし汁

	Iﾈﾙｷﾞｰ　1353kcal たんぱく質　58.6g 脂質　26.1g 炭水化物　198.6g 食塩相当量　7.0g 0	Iﾈﾙｷﾞｰ　1420kcal たんぱく質　61.8g 脂質　34.6g 炭水化物　204.9g 食塩相当量　7.5g 0	Iﾈﾙｷﾞｰ　1352kcal たんぱく質　62.5g 脂質　27.3g 炭水化物　204.6g 食塩相当量　7.9g 0	Iﾈﾙｷﾞｰ　1441kcal たんぱく質　59.5g 脂質　39.0g 炭水化物　173.8g 食塩相当量　7.9g 0	Iﾈﾙｷﾞｰ　1432kcal たんぱく質　59.7g 脂質　34.6g 炭水化物　214.6g 食塩相当量　7.9g 0	Iﾈﾙｷﾞｰ　1445kcal たんぱく質　61.6g 脂質　37.8g 炭水化物　205.1g 食塩相当量　6.0g 0	Iﾈﾙｷﾞｰ　1400kcal たんぱく質　59.7g 脂質　26.5g 炭水化物　221.5g 食塩相当量　5.7g 0

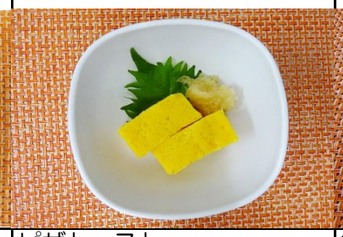
予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年7月13日　～　2026年7月19日

	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)
朝	御飯 信田煮 茄子の煮浸し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 ニラの卵とじ 薩摩揚げのピリ辛煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 炒り豆腐 五色なます 梅干し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 竹輪の炒り煮 キャベツのくるみ和え 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 鮭の塩焼き ほうれん草の磯和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 ハムエッグ 里芋とがんもの煮物 しそ昆布 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 五目厚焼き玉子 青梗菜の煮浸し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
昼	御飯 鰆の味噌カレー焼 きゃべつのゆかり和え けんちん汁 パイン缶	冷やし中華 焼売 五目スープ グレープフルーツ	御飯 照焼きハンバーグ ｶﾆとﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和え物 味噌汁 バナナ	ランチパック チキンナゲット ミネストローネ キウイフルーツ	御飯 エビカツ もやしの華風和え すまし汁 マンゴー缶	御飯 鶏肉のバジルソテー ｵｸﾗのわさびﾏﾖ和え 味噌汁 黄桃缶	御飯 鮭の味噌バター焼 里芋のそぼろ煮 のっぺい汁 甘夏みかん
間	利休まんじゅう	サイダーゼリー	レアチーズカップ	名門黒棒	ひとくち桃まん	いちごフルーチェ	抹茶水ようかん
夕	御飯 青椒牛肉絲 冬瓜の海老そぼろあん 桜漬 味噌汁	御飯 ピーマンの肉詰め うま塩キャベツ あみ佃煮 すまし汁	御飯 蒸し鱈の醤油あんかけ いかと長ねぎのぬた らっきょう すまし汁	御飯 かじきのバター醤油焼 菜の花のおひたし しその実漬 味噌汁	御飯 麻婆茄子 中華風冷奴 たくあん わかめスープ	御飯 鯖のみりん醤油焼 さつまいもの甘煮 つぼ漬 沢煮椀	御飯 すき焼き煮 切干大根の梅和え 昆布佃煮 すまし汁
	Ｉネルギー　1448kcal たんぱく質　61.8g 脂質　36.6g 炭水化物　205.0g 食塩相当量　7.0g 0	Ｉネルギー　1383kcal たんぱく質　56.0g 脂質　31.5g 炭水化物　199.7g 食塩相当量　7.7g 0	Ｉネルギー　1400kcal たんぱく質　63.2g 脂質　27.3g 炭水化物　205.6g 食塩相当量　7.2g 0	Ｉネルギー　1392kcal たんぱく質　63.6g 脂質　36.1g 炭水化物　195.3g 食塩相当量　6.8g 0	Ｉネルギー　1381kcal たんぱく質　60.4g 脂質　28.4g 炭水化物　214.5g 食塩相当量　7.5g 0	Ｉネルギー　1406kcal たんぱく質　62.4g 脂質　31.7g 炭水化物　208.0g 食塩相当量　7.8g 0	Ｉネルギー　1434kcal たんぱく質　58.3g 脂質　34.5g 炭水化物　214.1g 食塩相当量　6.7g 0

予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年7月20日　～　2026年7月26日

	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	26日(日)
朝	御飯 さつま揚げの金平 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｼﾗｽ和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 肉詰いなり ｷｬﾍﾞﾂのﾋﾟｰﾅﾂ和え 味噌汁 マンゴージュース ヨーグルト	御飯 さんまの蒲焼 冬瓜のそぼろ煮 味噌汁 カルシウムマスカット ヨーグルト	御飯 だし巻き玉子 かぶときのこの和え物 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 ひき肉入り卵とじ 三色野菜の炒め煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 けんちん煮 菜の花のごま和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 納豆 冬瓜のえびそぼろあん 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
							
昼	御飯 おからコロッケ 小松菜のおひたし すまし汁 フルーツカクテル	とんこつラーメン 焼き餃子 ザーサイ冷奴 アロエシロップ漬	御飯 チキンチーズ大葉巻 ゴーヤチャンプル わかめスープ グレープフルーツ	ピザトースト かじきのマリネ マセドアンスープ 洋なし缶	御飯 鰺フライ ふきと竹輪の金平 すまし汁 グレープフルーツ	オムライス シーチキンサラダ コンソメスープ りんご	鰻重 もずくと胡瓜の酢の物 若竹汁 すいか
間	乳菓まんじゅう	塩ﾊﾞﾆﾗｸﾘｰﾑﾜｯﾌﾙ	チョコパイ	日向夏ゼリー	スイートポテト	水まんじゅう風ﾃﾞｻﾞｰﾄ	ぽたぽた焼
夕	御飯 めばるの煮付け 南瓜のいとこ煮 青かっぱ漬 すまし汁	御飯 赤魚の粕漬 ハムともやしのサラダ 高菜漬 すまし汁	御飯 カレイのみぞれ煮 野菜炒め 胡瓜のしらす和え 味噌汁	御飯 和風ロールキャベツ トマトの甘酢和え 野沢菜漬 味噌汁	本日の選択食は A：豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ和風あんかけ B：チキン南蛮 御飯 大根と貝柱のサラダ うぐいす豆 すまし汁 です！お楽しみに♪	御飯 ハムカツ 南瓜のそぼろ煮 桜漬 味噌汁	御飯 ふくさ焼 れんこんの梅肉和え たくあん漬 豚汁

	Ｅﾈﾙｷﾞｰ 1405kcal たんぱく質 55.9g 脂質 24.4g 炭水化物 239.3g 食塩相当量 6.9g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ 1428kcal たんぱく質 56.7g 脂質 31.3g 炭水化物 220.4g 食塩相当量 6.8g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ 1364kcal たんぱく質 59.8g 脂質 26.8g 炭水化物 212.7g 食塩相当量 6.7g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ 1354kcal たんぱく質 60.0g 脂質 35.6g 炭水化物 193.3g 食塩相当量 7.7g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ 1365kcal たんぱく質 61.3g 脂質 27.4g 炭水化物 207.1g 食塩相当量 6.7g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ 1442kcal たんぱく質 55.3g 脂質 38.1g 炭水化物 205.4g 食塩相当量 7.9g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ 1403kcal たんぱく質 61.2g 脂質 36.7g 炭水化物 206.4g 食塩相当量 7.5g 0

予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年7月27日　～　2026年8月2日

	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	1日(土)	2日(日)
朝	御飯 いわしのかつお煮 茄子のずんだ和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 五目厚焼き玉子 長芋とｵｸﾗのだし和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 にしんの甘露煮 ｷｬﾍﾞﾂのﾋﾟｰﾅﾂ和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 生揚げの卵とじ 春菊のからし和え 梅干し 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 ツナ入り大根煮 小松菜のしらす和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml		
昼	御飯 ヤンニョムチキン あさりとわかめのぬた すまし汁 バナナ	冷やしとろろ茶そば 炒めなます 豚汁 グレープフルーツ	ビビンバ丼 蒲鉾のなめ茸和え わかめスープ フルーツカクテル	ナイススティック サーモンフライ コーンポタージュ 甘夏缶	海老天重 宝玉寄せ 茸あんかけ茶碗蒸し いわしのつみれ汁 フルーツ盛合せ		
間	アセロラゼリー	いちごアイス	とろける杏仁豆腐	カスタードケーキ	カクテルゼリー		
夕	御飯 ほっけの一夜干し いかと長ねぎのぬた 赤かっぱ漬 すまし汁	御飯 鯖の塩焼き 茄子とｲﾝｹﾞﾝの炒め煮 高菜漬 味噌汁	御飯 親子煮 椎茸のごま和え しその実漬 すまし汁	御飯 豆腐と海老の塩炒め 大根とささみの和え物 しば漬 華風スープ	御飯 すずきの金山寺焼 長いもの梅しそ和え たくあん すまし汁		
	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1374kcal たんぱく質 64.6g 脂質 28.5g 炭水化物 193.9g 食塩相当量 7.9g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1445kcal たんぱく質 58.2g 脂質 36.3g 炭水化物 207.8g 食塩相当量 7.1g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1410kcal たんぱく質 59.9g 脂質 32.4g 炭水化物 211.8g 食塩相当量 7.8g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1440kcal たんぱく質 60.5g 脂質 41.5g 炭水化物 199.6g 食塩相当量 6.4g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1374kcal たんぱく質 63.3g 脂質 26.7g 炭水化物 197.1g 食塩相当量 7.1g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 0kcal たんぱく質 0.0g 脂質 0.0g 炭水化物 0.0g 食塩相当量 0.0g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 0kcal たんぱく質 0.0g 脂質 0.0g 炭水化物 0.0g 食塩相当量 0.0g 0