予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年8月31日　～　2026年9月6日

	31日(月)	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)
朝	御飯 納豆のしらす和え 小松菜のお浸し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 にしんの甘露煮 菜の花の辛子和え たくあん 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 信田煮 オクラと長芋の和え物 味噌汁 カルシウムりんご ヨーグルト	御飯 生揚げの卵とじ 春菊の菜種和え 梅干し 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 いわしのかつお煮 ハム入り野菜炒め 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 じゃこ天 冬瓜のそぼろあん 味噌汁 ヤクルト ヨーグルト	御飯 目玉焼 胡瓜とわかめの酢の物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
昼	鰻にぎり寿司 海老と夏野菜の天ぷら 茶巾ゆば すまし汁 フルーツ盛合せ	五目ちらし寿司 茄子のはさみ揚げ 宝玉寄せ 鰯のつみれ汁 フルーツ盛合せ	タンメン 焼売 豆腐とわかめのサラダ 洋なし缶	ナイススティック サーモンフライ コーンポタージュ マンゴー缶	御飯 鱈の南蛮あんかけ 焼き餃子 五目スープ アロエシロップ漬	御飯 和風ハンバーグ キャベツのごま酢和え 味噌汁 オレンジ	御飯 赤魚の煮付け ザーサイ冷奴 けんちん汁 りんご
間	ライチゼリー	チョコレートケーキ	いちごアイス	カスタードケーキ	サッポロポテトBBQ	山形県産ワインゼリー	キャラメルコーン
夕	御飯 カレイの唐揚五目あん 野菜の酢みそかけ しば漬 かき玉汁	御飯 回鍋肉 南瓜の甘煮 桜漬 すまし汁	御飯 かにたま 大根とツナの和え物 しその実漬 すまし汁	御飯 豆腐と海老の塩炒め 青菜とささみの和え物 つぼ漬 華風スープ	御飯 豚キムチ かぶの大葉和え 野沢菜漬 味噌汁	御飯 ホキのケイジャン焼 冬瓜の含め煮 たくあん 中華スープ	御飯 すきやき煮 あさりとわかめのぬた 桜漬 すまし汁

	31日(月)	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1357kcal たんぱく質 63.3g 脂質 27.8g 炭水化物 197.4g 食塩相当量 7.4g 0	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1427kcal たんぱく質 57.9g 脂質 34.3g 炭水化物 217.0g 食塩相当量 7.2g 0	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1447kcal たんぱく質 59.2g 脂質 36.3g 炭水化物 205.0g 食塩相当量 7.6g 0	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1439kcal たんぱく質 61.3g 脂質 42.0g 炭水化物 198.4g 食塩相当量 6.4g 0	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1404kcal たんぱく質 60.8g 脂質 35.4g 炭水化物 184.0g 食塩相当量 7.0g 0	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1352kcal たんぱく質 56.7g 脂質 24.2g 炭水化物 219.5g 食塩相当量 6.9g 0	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1352kcal たんぱく質 60.7g 脂質 30.4g 炭水化物 183.3g 食塩相当量 6.4g 0

予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年9月7日　～　2026年9月13日

	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)
朝	御飯 野菜の卵とじ ﾍﾞｰｺﾝときのこのｿﾃｰ 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 肉詰めいなり 三色野菜のごま和え 昆布佃煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 厚焼きたまご シーチキンサラダ 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 ハムと野菜のソテー 切干大根煮 かっぱ漬 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 五目巾着 もやしの生姜醤油和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 生揚げの煮物 キャベツのくるみ和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 京風ねぎ入り卵焼き ﾎｳﾚﾝ草のおひたし 梅干し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
昼	御飯 照焼チキン 青梗菜の醤油漬 味噌汁 バナナ	海鮮塩焼きそば 八幡巻 もやしの香味酢和え フルーツカクテル	御飯 鮭のﾁｬﾝﾁｬﾝ焼き 白菜としめじのお浸し 味噌汁 キウイフルーツ	ピザトースト エビフライ コンソメスープ 黄桃缶	御飯 めばるの煮付け ピーマンの味噌炒め すまし汁 梨	御飯 鶏の藻塩唐揚げ 大根と貝柱の和え物 すまし汁 グレープフルーツ	御飯 ミートローフ かぼちゃサラダ すまし汁 みかん缶
間	カエデの実	バニラババロア	はちみつケーキ	福栗まんじゅう	かぼちゃプリン	あんころ餅風ﾃﾞｻﾞｰﾄ	さつまいもドーナツ
夕	御飯 山芋の落とし揚げ なすといんげんの煮物 白菜の塩昆布和え 味噌汁	御飯 鯖のみりん干し ところてん 高菜漬 味噌汁	御飯 青椒肉絲 さつまいものレモン煮 しば漬 すまし汁	御飯 鰆のスタミナ漬 胡瓜とわかめの酢の物 つぼ漬 のっぺい汁	本日の選択食は A：煮込みハンバーグ B：アジフライ 御飯 マカロニサラダ しばわかめ 味噌汁 です！お楽しみに♪	御飯 ホッケの一夜干し 蓮根のきんぴら たくあん きのこ汁	御飯 鱈の五目あんかけ 里芋といかの煮物 山菜なめこ すまし汁
	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1449kcal たんぱく質 60.5g 脂質 38.8g 炭水化物 209.2g 食塩相当量 7.2g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1393kcal たんぱく質 64.5g 脂質 38.6g 炭水化物 187.5g 食塩相当量 5.8g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1432kcal たんぱく質 59.5g 脂質 36.4g 炭水化物 205.1g 食塩相当量 6.7g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1445kcal たんぱく質 58.8g 脂質 40.5g 炭水化物 206.2g 食塩相当量 7.6g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1439kcal たんぱく質 57.6g 脂質 35.8g 炭水化物 213.2g 食塩相当量 7.7g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1358kcal たんぱく質 60.8g 脂質 32.0g 炭水化物 191.8g 食塩相当量 6.9g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1393kcal たんぱく質 59.8g 脂質 28.7g 炭水化物 214.4g 食塩相当量 7.0g 0

予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年9月14日　～　2026年9月20日

	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)
朝	御飯 じゃが煮 かぶの甘酢和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 五目煮 青梗菜の醤油漬 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 車麸の卵とじ 春菊の磯和え 味噌汁 野菜ジュース ヨーグルト	御飯 筑前煮 小松菜のピリ辛炒め 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 納豆おろし和え 海老と胡瓜の酢物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 ハム入り野菜炒め 小松菜のおかか和え 梅干し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 ｷﾙﾝ草入り厚巻卵 山形のだし豆腐 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
昼	御飯 鯖のレモン照焼 炒めなます すまし汁 グレープフルーツ	麻婆ラーメン 焼餃子 白菜としめじのお浸し マンゴー缶	赤飯 天ぷら盛合せ 豚の角煮 茶碗蒸し すまし汁 ぶどう	りんごパン チキンナゲット ミネストローネ キウイフルーツ	ビビンバ丼 えび海鮮餃子 春雨スープ アロエシロップ漬	御飯 赤魚の味噌粕焼 南瓜のそぼろ煮 すまし汁 りんご	御飯 プルコギ 青梗菜の和風和え 味噌汁 パイン缶
間	洋梨タルト	ミニエクレア	ねりきり	レアチーズカップ	ﾏﾛﾝｸﾘｰﾑﾜｯﾌﾙ	いちごクレープ	ソフトサラダせんべい
夕	御飯 和風ロールキャベツ 卵の花炒め かっぱ漬 すまし汁	御飯 油淋鶏 春雨サラダ ザーサイ 五目スープ	御飯 千草焼 しぎ茄子 たくあん 味噌汁	御飯 射込み高野煮 青菜と貝柱の和え物 桜漬 味噌汁	御飯 八宝菜 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのしらす和え 高菜漬 すまし汁	御飯 肉じゃが かにかまの緑酢和え しそ昆布 味噌汁	御飯 ホキのケイジャン焼 かぶの柚子香和え うぐいす豆 味噌汁
	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1444kcal たんぱく質　57.9g 脂質　36.2g 炭水化物　212.8g 食塩相当量　6.4g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1399kcal たんぱく質　61.0g 脂質　34.8g 炭水化物　202.2g 食塩相当量　6.9g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1439kcal たんぱく質　57.5g 脂質　28.5g 炭水化物　228.0g 食塩相当量　7.9g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1395kcal たんぱく質　64.0g 脂質　29.7g 炭水化物　201.2g 食塩相当量　6.5g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1442kcal たんぱく質　61.4g 脂質　37.7g 炭水化物　207.7g 食塩相当量　7.7g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1373kcal たんぱく質　57.7g 脂質　27.3g 炭水化物　213.0g 食塩相当量　7.4g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1384kcal たんぱく質　58.7g 脂質　33.1g 炭水化物　187.0g 食塩相当量　7.4g 0

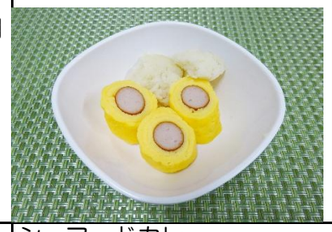
予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年9月21日　～　2026年9月27日

	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)	27日(日)
朝	御飯 親子煮 菜の花のわさびﾏﾖ和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 鮭の西京焼 青梗菜の煮浸し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 さつま揚げの煮物 いんげんのごま和え 梅干し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 竹輪の甘辛煮 かぶの青しそ和え 味噌汁 ヨーグルト ミルクティー	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 山芋の酢の物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 かぶとがんもの煮物 小松菜のおかか和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
昼	御飯 カレイのみぞれ煮 豆苗のごま酢和え かき玉汁 フルーツカクテル	たらこスパゲティ ジャーマンポテト マセドアンスープ オレンジ	さつまいもご飯 松風焼 もずくの酢の物 すまし汁 バナナ	ランチパック タンドリーチキン コーンポタージュ 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 メンチカツ マカロニサラダ 吉野汁 梨	御飯 鮭の味噌バター焼 炒めなます すまし汁 黄桃缶
間	和梨ゼリー	チョコパイ	新潟仕込みせんべい	プリン	お月見ゼリー	あんドーナツ	マンゴープリン
夕	御飯 和風麻婆豆腐 温泉卵 しば漬 味噌汁	御飯 すき焼き煮 わかめサラダ 野沢菜漬 味噌汁	御飯 鰆のバジル焼 キャベツのﾋﾟｰﾅｯﾂ和え しそ昆布 味噌汁	御飯 かじきのごま照焼き 大豆とひじきの煮物 梅干し 味噌汁	本日の選択食は A：ｻｰﾓﾝの香草ﾊﾟﾝ粉焼き B：厚切りハムカツ 御飯 揚げ茄子の香味和え 野沢菜漬 味噌汁 です！お楽しみに♪	御飯 かに玉中華あんかけ トマトの甘酢和え ザーサイ 五目スープ	御飯 豚キムチ もずくの酢の物 赤かっぱ漬 すまし汁
	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1379kcal たんぱく質 63.7g 脂質 30.5g 炭水化物 204.2g 食塩相当量 7.6g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1446kcal たんぱく質 61.3g 脂質 41.3g 炭水化物 198.3g 食塩相当量 7.6g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1409kcal たんぱく質 62.2g 脂質 26.2g 炭水化物 209.5g 食塩相当量 7.8g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1381kcal たんぱく質 63.7g 脂質 32.4g 炭水化物 202.9g 食塩相当量 7.4g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1403kcal たんぱく質 64.1g 脂質 36.0g 炭水化物 196.9g 食塩相当量 7.9g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1449kcal たんぱく質 55.6g 脂質 38.9g 炭水化物 209.5g 食塩相当量 7.3g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1445kcal たんぱく質 59.8g 脂質 39.3g 炭水化物 204.8g 食塩相当量 6.6g 0

予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年9月28日　～　2026年10月4日

	28日(月)	29日(火)	30日(水)	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)
朝	御飯 ｳｲﾝﾅｰ入り厚焼き卵 白菜のお浸し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 里芋のそぼろあん しらすおろし 味噌汁 カルシウムパイン ヨーグルト 	御飯 五目厚焼きたまご 菜の花の煮びたし すまし汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 				
昼	シーフードカレー ミモザサラダ コンソメスープ りんご 	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 	天重 海老の湯葉巻 茸あんかけ茶碗蒸し 鶏つみれ汁 フルーツ盛合せ 				
間	キットカット	さつま芋まんじゅう	アセロラゼリー				
夕	御飯 赤魚の粕漬焼 ハムと野菜のマリネ 桜漬 味噌汁 	御飯 鱈の南蛮あん 人参のたらこ炒め つぼ漬 すまし汁 	御飯 肉団子の酢豚風 あさり大根 高菜漬 味噌汁 				
	Ｉネルギー　1386kcal たんぱく質　64.1g 脂質　33.5g 炭水化物　199.1g 食塩相当量　7.8g 0	Ｉネルギー　1405kcal たんぱく質　57.0g 脂質　22.1g 炭水化物　234.5g 食塩相当量　7.9g 0	Ｉネルギー　1439kcal たんぱく質　60.6g 脂質　33.5g 炭水化物　204.8g 食塩相当量　7.8g 0	Ｉネルギー　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ネルギー　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ネルギー　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ネルギー　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