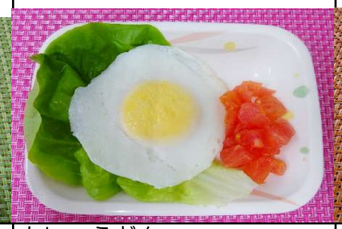
予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年10月26日　～　2026年11月1日

	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)	1日(日)
朝	御飯 オムレツ ピーマンの味噌炒め 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 いわしの香梅煮 白和え すまし汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 ハムエッグ 野菜の酢みそかけ 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 五目厚焼き卵 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 納豆和え ぜんまいの煮物 梅干し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 さんまの蒲焼 青梗菜の華風和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 吉野煮 白菜のおひたし 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
昼	ビビンバ丼 中華サラダ わかめスープ キウイフルーツ	けんちんそば 京風しゅうまい 厚焼き卵 バナナ	御飯 コロッケ 青菜と桜ﾋﾞの和え物 かき玉スープ 梨	ピザトースト チキンナゲット コンソメスープ マンゴー缶	御飯 鰆のスタミナ漬 洋風じゃが煮 すまし汁 黄桃缶	にぎり寿司 天ぷら盛合せ 茶碗蒸し すまし汁 りんご	ちらし寿司 鶏天 刺身盛合せ ごま豆腐 かきたま汁 柿
間	野菜と果物のゼリー	ﾏﾛﾝｸﾘｰﾑﾜｯﾌﾙ	栗のムース	はちみつケーキ	チョコレート	ハロウィンデザート	オペラケーキ
夕	御飯 鰤の照り焼き 炊き合わせ しばわかめ 味噌汁	御飯 豚と青梗菜の塩炒め 柿なます 赤かっぱ漬 味噌汁	御飯 かにたま 冷奴 ザーサイ 五目スープ	御飯 鯵の旨み干し 胡瓜とわかめの酢の物 つぼ漬 のっぺい汁	御飯 青椒牛肉絲 菜の花の菜種和え たくあん漬 味噌汁	御飯 豆腐ステーキ もやしの生姜醤油和え 昆布豆 つみれ汁	御飯 赤魚の粕漬 ﾄﾏﾄとｵｸﾗの甘酢和え 昆布佃煮 味噌汁
	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1449kcal たんぱく質　57.7g 脂質　39.8g 炭水化物　206.4g 食塩相当量　7.6g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1376kcal たんぱく質　58.3g 脂質　41.0g 炭水化物　187.2g 食塩相当量　6.8g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1413kcal たんぱく質　57.8g 脂質　36.0g 炭水化物　206.3g 食塩相当量　6.8g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1351kcal たんぱく質　64.1g 脂質　33.8g 炭水化物　192.5g 食塩相当量　7.7g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1444kcal たんぱく質　61.4g 脂質　39.2g 炭水化物　201.5g 食塩相当量　6.6g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1360kcal たんぱく質　64.7g 脂質　29.9g 炭水化物　199.8g 食塩相当量　7.5g 0	Ｅﾈﾙｷﾞｰ　1422kcal たんぱく質　65.0g 脂質　29.5g 炭水化物　217.3g 食塩相当量　7.6g 0

予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年11月2日　～　2026年11月8日

	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)
朝	御飯 肉詰めいなり 切り干し大根煮 あみ佃煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 目玉焼 竹輪の甘辛煮 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ｯﾂ和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 厚焼き卵 小松菜のからし和え 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 納豆 ほうれん草のソテー 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 鰯のかつお煮 大根とｶﾆｶﾏの和え物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 ツナ入り野菜炒め 里芋の煮っころがし 味噌汁 カルシウムパイン ヨーグルト
							
昼	御飯 鮭の味噌バター焼 大根と貝柱のサラダ 五目スープ オレンジ	カレーうどん 韓国風肉じゃが かぶの梅肉和え キウイフルーツ	御飯 鯖のレモン照焼 ふろふき大根 けんちん汁 バナナ	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ・ｸﾘｰﾑﾊﾟﾝ ｶﾞｰﾘｯｸﾁｰｽﾞﾁｷﾝ ミネストローネ アロエシロップ漬	炒飯 えびのチリソース煮 春雨スープ みかん	ゆかりご飯 松風焼 柚子香なます 味噌汁 パイン缶	御飯 赤魚の煮付け あさりと長ねぎのぬた すまし汁 フルーツカクテル
間	ミルクドーナツ	さつま芋まんじゅう	アセロラゼリー	ひとくち桃まん	ソフール	チップスターコンソメ	厚切り宇治抹茶バウム
夕	御飯 油淋鶏 青菜とﾍﾞｰｺﾝの炒め物 なめ茸おろし すまし汁	御飯 かじきの幽庵焼き 魚河岸揚げの煮物 ごま高菜漬 すまし汁	御飯 肉豆腐 ｵｸﾗのわさびﾏﾖ和え 桜漬 きのこ汁	御飯 八宝菜 長いもの大葉和え しば漬 冬瓜スープ	御飯 焼き餃子 蓮根のきんぴら ザーサイ 中華スープ	御飯 白身魚のﾌﾗｲﾀﾙﾀﾙｿｰｽ ほうれん草の磯辺和え しその実漬 すまし汁	御飯 牛肉のオイスター炒め 小松菜の錦糸かけ 茄子醤油漬 のっぺい汁

	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1398kcal たんぱく質 64.1g 脂質 35.0g 炭水化物 197.5g 食塩相当量 6.6g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1428kcal たんぱく質 63.9g 脂質 29.8g 炭水化物 216.2g 食塩相当量 7.7g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1428kcal たんぱく質 62.2g 脂質 37.7g 炭水化物 188.8g 食塩相当量 6.0g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1438kcal たんぱく質 62.3g 脂質 42.4g 炭水化物 179.6g 食塩相当量 6.9g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1430kcal たんぱく質 64.8g 脂質 36.2g 炭水化物 205.7g 食塩相当量 7.8g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1403kcal たんぱく質 64.3g 脂質 36.2g 炭水化物 194.2g 食塩相当量 7.3g 0	Ｉﾈﾙｷﾞｰ 1441kcal たんぱく質 55.9g 脂質 28.8g 炭水化物 234.5g 食塩相当量 6.3g 0

予定献立・調理名一覧表　　常食

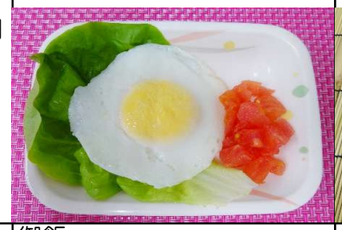
2026年11月9日　～　2026年11月15日

	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)
朝	御飯 五目大豆 アスパラの胡麻和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 がんもの煮物 春菊と椎茸の和え物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 チーズ入りオムレツ ほうれん草のソテー 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 生揚げ煮 小松菜のお浸し 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 肉じゃが いんげんのおかか和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 にしんの甘露煮 なめ茸みぞれ和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 信田煮 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
昼	ドライカレー シーザーサラダ コンソメスープ キウイフルーツ	とんこつラーメン 焼売 揚げ茄子の香味和え 白桃缶	御飯 カレイのみぞれ煮 南瓜のいとこ煮 豚汁 グレープフルーツ	ランチパック エビフライ マセドアンスープ キウイフルーツ	ビビンバ丼 青梗菜の醤油漬 味噌汁 黄桃缶	御飯 鱈の南蛮あんかけ 切干大根の中華サラダ 春雨スープ りんご	御飯 かじきの幽庵焼き 若鶏の二色巻き 味噌汁 柿
間	レアチーズカップ	ミニエクレア	やわらかｽﾅｯｸ　ﾘｰｽ味	カエデの実	ライチゼリー	バニラアイス	チョコマフィン
夕	御飯 豆腐ハンバーグ 柿なます つぼ漬 すまし汁	御飯 ロールキャベツ 竹輪と三つ葉の和え物 白菜漬 味噌汁	御飯 麻婆茄子 菜の花のからし和え 山菜なめこ 味噌汁	御飯 鮭のﾁｬﾝﾁｬﾝ焼き 里芋の含め煮 かっぱ漬 すまし汁	本日の選択食は Ａ：塩焼鳥 Ｂ：揚げだし豆腐 御飯 冬瓜のそぼろ煮 わかめの磯漬 きのこ汁 です！お楽しみに♪	御飯 肉団子の甘酢あん ピーマンの味噌炒め しば漬 かき玉汁	御飯 山賊焼 蓮根のきんぴら 桜漬 すまし汁

	Ｉネルギー　1411kcal たんぱく質　56.8g 脂質　34.1g 炭水化物　200.1g 食塩相当量　5.9g 0	Ｉネルギー　1381kcal たんぱく質　55.2g 脂質　32.2g 炭水化物　219.6g 食塩相当量　7.8g 0	Ｉネルギー　1412kcal たんぱく質　58.9g 脂質　26.6g 炭水化物　211.5g 食塩相当量　7.5g 0	Ｉネルギー　1351kcal たんぱく質　57.9g 脂質　43.5g 炭水化物　172.3g 食塩相当量　7.3g 0	Ｉネルギー　1451kcal たんぱく質　54.1g 脂質　37.0g 炭水化物　208.4g 食塩相当量　9.0g 0	Ｉネルギー　1447kcal たんぱく質　60.1g 脂質　38.3g 炭水化物　200.4g 食塩相当量　7.7g 0	Ｉネルギー　1429kcal たんぱく質　64.8g 脂質　37.7g 炭水化物　206.1g 食塩相当量　6.8g 0

予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年11月16日　～　2026年11月22日

	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)
朝	御飯 目玉焼 胡瓜とささみの和え物 味噌汁 ﾄﾏﾄｱｯﾌﾟﾙｼﾞｭｰｽ ヨーグルト	御飯 納豆 小松菜の磯辺和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 野菜と蒲鉾の卵とじ もやしの和風和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 卵の花 かぶのおかか煮 味噌汁 ヨーグルト ミルクティー	御飯 田舎煮 山芋の酢の物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 ツナ入り野菜炒め ぜんまいの煮物 味噌汁 ジョア ヨーグルト	御飯 野菜巾着 ｷｬﾍﾞﾂのしその実和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
							
昼	御飯 メンチカツ 大根と貝柱のサラダ 沢煮椀 アロエシロップ漬	焼きそば えび焼売 豚汁 白桃缶	ねぎとろとろろ丼 黒糖黒酢肉団子 味噌汁 オレンジ	サンドイッチ ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞｵﾆｵﾝｿｰｽ コーンポタージュ アロエシロップ漬	御飯 赤魚の粕漬焼 茄子の肉味噌炒め すまし汁 バナナ	御飯 チキンチーズ大葉巻 さつまいもの甘煮 野菜椀 柿	御飯 サーモンフライ 白菜とﾍﾞｰｺﾝの炒め煮 すまし汁 洋なし缶
間	カクテルゼリー	焼プリンタルト	カステラ	スイートポテト	カップdeヤクルト	福栗まんじゅう	とろける杏仁豆腐
夕	御飯 鯖の味噌煮 かぶの柚子香和え ごま高菜漬 すまし汁	御飯 ほっけの一夜干し 里芋といかの煮物 うぐいす豆 すまし汁	御飯 炒り鶏 オクラのおかか和え つぼ漬 かき玉汁	御飯 鮭の西京焼 南瓜のいとこ煮 白菜漬 味噌汁	御飯 すき焼き煮 胡瓜とわかめの酢の物 たくあん 味噌汁	御飯 豆腐ハンバーグ かぶのしらす和え 野沢菜漬 味噌汁	御飯 青椒肉絲 温泉卵 茄子醤油漬 すまし汁

	Ｉネルギー　1423kcal たんぱく質　57.2g 脂質　27.3g 炭水化物　214.4g 食塩相当量　7.1g 0	Ｉネルギー　1405kcal たんぱく質　62.7g 脂質　36.7g 炭水化物　207.6g 食塩相当量　7.6g 0	Ｉネルギー　1445kcal たんぱく質　63.3g 脂質　38.5g 炭水化物　203.6g 食塩相当量　7.9g 0	Ｉネルギー　1444kcal たんぱく質　60.2g 脂質　37.9g 炭水化物　207.7g 食塩相当量　6.8g 0	Ｉネルギー　1384kcal たんぱく質　59.0g 脂質　29.6g 炭水化物　212.5g 食塩相当量　6.4g 0	Ｉネルギー　1426kcal たんぱく質　57.0g 脂質　23.8g 炭水化物　238.3g 食塩相当量　6.0g 0	Ｉネルギー　1433kcal たんぱく質　57.9g 脂質　43.3g 炭水化物　192.3g 食塩相当量　6.9g 0

予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年11月23日　～　2026年11月29日

	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)
朝	御飯 目玉焼 ふきと竹輪の含め煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 肉詰めいなり 胡瓜の塩もみ 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 いわしの香梅煮 ふろふき大根 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 にしんの甘露煮 卵の花 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 オムレツ 青梗菜の桜ﾋﾞ和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 ゴーヤチャンプル 胡瓜とｼﾗｽの和え物 昆布佃煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 いわしのかつお煮 野菜炒め 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
昼	御飯 カレイのみぞれ煮 揚げなすの香味和え 味噌汁 パイン缶	担々麺 海鮮えび餃子 柿なます りんご	三色丼 ｶｸﾗのわさびﾏﾖ和え すまし汁 みかん缶	りんごパン ビーフシチュー シーチキンサラダ キウイフルーツ	御飯 味噌カツ もずく酢 すまし汁 グレープフルーツ	ハヤシライス サラダ コンソメスープ オレンジ	御飯 ホキのケイジャン焼 なめ茸みぞれ和え 味噌汁 フルーツカクテル
間	和梨ゼリー	いちごババロア	名門黒棒	アルフォート	はちみつケーキ	プリン	水ようかん
夕	御飯 豚の生姜焼 ﾎｳﾚﾝ草のくるみ和え あみ佃煮 すまし汁	御飯 鰆のバジル焼き 茄子の味噌炒め 桜漬 春雨スープ	御飯 鯵フライ 冬瓜のそぼろ煮 しば漬 味噌汁	御飯 豆腐ステーキ 温泉卵 野沢菜漬 若竹汁	本日の選択食は A：二色焼売 B：麻婆茄子 御飯 春雨サラダ ザーサイ 五目スープ です！お楽しみに♪	御飯 鱈の甘酢あんかけ ごぼうサラダ ｷｬﾍﾞﾂのしその実和え 沢煮椀	御飯 回鍋肉 ひじきの煮物 たくあん 味噌汁
	Ｉネルギー　1394kcal たんぱく質　62.2g 脂質　32.7g 炭水化物　202.1g 食塩相当量　7.3g 0	Ｉネルギー　1447kcal たんぱく質　61.2g 脂質　36.7g 炭水化物　209.5g 食塩相当量　6.4g 0	Ｉネルギー　1372kcal たんぱく質　63.1g 脂質　24.1g 炭水化物　215.2g 食塩相当量　7.5g 0	Ｉネルギー　1421kcal たんぱく質　59.5g 脂質　43.2g 炭水化物　191.0g 食塩相当量　6.7g 0	Ｉネルギー　1444kcal たんぱく質　58.7g 脂質　35.3g 炭水化物　214.1g 食塩相当量　7.8g 0	Ｉネルギー　1429kcal たんぱく質　59.1g 脂質　38.6g 炭水化物　204.4g 食塩相当量　7.5g 0	Ｉネルギー　1396kcal たんぱく質　62.6g 脂質　29.9g 炭水化物　214.3g 食塩相当量　7.6g 0

予定献立・調理名一覧表　　常食

2026年11月30日　～　2026年12月6日

	30日(月)	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)
朝	御飯 納豆和え ぜんまいの煮物 梅干し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 						
昼	にぎり寿司 茄子のはさみ揚げ 茶碗蒸し すまし汁 りんご 						
間	野菜と果物のゼリー						
夕	御飯 めばるの幽庵焼 じゃが煮 赤かっぱ漬 味噌汁 		0				
	Iネルギー　1353kcal たんぱく質　64.5g 脂質　29.6g 炭水化物　199.2g 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	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