

予定献立・調理名一覧表

常食

2025年10月27日 ~ 2025年11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 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 いわしの香梅煮 柿なます すまし汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	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 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 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 吉野煮 白菜のおひたし 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	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
昼	御飯 コロッケ 青菜と桜花 [®] の和え物 かき玉スープ 梨	けんちんそば 京風しゅうまい 五目厚焼き卵 バナナ	ビビンバ丼 中華サラダ わかめスープ キウイフルーツ	ピザトースト エビのフリッター コンソメスープ 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	☆誕生食☆ 五目ちらし 鶏天 刺身盛合せ ごま豆腐 かきたま汁 柿	
間	白いミルクプリン	みかんクレープ	コーヒーゼリー	はちみつケーキ	ハロウィンデザート	ブルーベリーケーキ	ミルクドーナツ
夕	御飯 かにたま 冷奴 ザーサイ 五目スープ	御飯 豚と青梗菜の塩炒め 白和え 赤かっぱ漬 味噌汁	御飯 家常豆腐 長いもの梅しそ和え しば漬 すまし汁	御飯 鰯の旨み干し 胡瓜とわかめの酢の物 つぼ漬 のっぺい汁	御飯 和風ロールキャベツ シーチキンサラダ 茄子の醤油漬 若竹汁	御飯 鯖の香味焼き トマトとオクラの甘酢和え 昆布佃煮 味噌汁	御飯 鮭の味噌バター焼 青菜と [®] の炒め物 なめ草おろし すまし汁
	1417kcal たんぱく質 57.8g 脂質 36.0g 炭水化物 208.3g 食塩相当量 6.8g 0	1379kcal たんぱく質 57.3g 脂質 42.2g 炭水化物 187.0g 食塩相当量 6.8g 0	1434kcal たんぱく質 57.6g 脂質 41.4g 炭水化物 199.8g 食塩相当量 7.8g 0	1355kcal たんぱく質 61.2g 脂質 36.1g 炭水化物 191.6g 食塩相当量 7.6g 0	1357kcal たんぱく質 64.3g 脂質 30.7g 炭水化物 200.5g 食塩相当量 7.0g 0	1414kcal たんぱく質 64.0g 脂質 31.6g 炭水化物 213.4g 食塩相当量 7.5g 0	1401kcal たんぱく質 64.4g 脂質 35.0g 炭水化物 199.6g 食塩相当量 6.6g 0

予定献立・調理名一覧表

常食

2025年11月3日 ~ 2025年11月9日

	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	9日(日)
朝	御飯 だし巻きたまご 竹輪の甘辛煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 納豆 キャベツのピザ和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 目玉焼 ほうれん草のソテー 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 鰯のかつお煮 大根と加加の和え物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	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 ツナ入り野菜炒め 里芋の煮っころがし 味噌汁 カルシウムパン ヨーグルト
昼	御飯 鯖のレモン照焼 ふろふき大根 けんちん汁 バナナ	とんこつラーメン 焼売 揚げ茄子の香味和え 白桃缶	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	ロールパン・こしあんぱん ガーリックチキン ミネストローネ アロエシロップ漬	ゆかりご飯 松風焼 柚子香なます 味噌汁 パイン缶	炒飯 えびのチリソース煮 中華スープ みかん	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	アセロラゼリー	乳菓まんじゅう	ソフールストロベリー	レアチーズカップ	ビスコ	ひとくち桃まん	やわらかおかきソフト
夕	御飯 肉豆腐 かつおのわさび和え 桜漬 きのこ汁	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 海鮮餃子 長いもの大葉和え ザーサイ 中華スープ	御飯 海老と青梗菜の塩炒め かぶとパスタのソテー しば漬 冬瓜スープ	御飯 白身魚のフライカレー ほうれん草の磯辺和え しその実漬 すまし汁	御飯 豆腐ハンバーグ 柿なます つぼ漬 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
栄養	I初日 - 1442kcal たんぱく質 62.9g 脂質 37.1g 炭水化物 194.8g 食塩相当量 6.9g 0	I初日 - 1427kcal たんぱく質 61.4g 脂質 29.0g 炭水化物 231.1g 食塩相当量 7.9g 0	I初日 - 1400kcal たんぱく質 55.7g 脂質 42.5g 炭水化物 193.4g 食塩相当量 6.6g 0	I初日 - 1408kcal たんぱく質 61.2g 脂質 38.6g 炭水化物 161.7g 食塩相当量 6.3g 0	I初日 - 1402kcal たんぱく質 64.1g 脂質 35.6g 炭水化物 196.9g 食塩相当量 7.2g 0	I初日 - 1440kcal たんぱく質 64.9g 脂質 28.4g 炭水化物 226.7g 食塩相当量 6.4g 0	I初日 - 1427kcal たんぱく質 55.2g 脂質 26.9g 炭水化物 221.6g 食塩相当量 6.3g 0

予定献立・調理名一覧表

常食

2025年11月10日 ~ 2025年11月16日

	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)
朝	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 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 目玉焼 胡瓜とささみの和え物 味噌汁 トマトアップルジュース ヨーグルト	御飯 生揚げ煮 菜の花のお浸し 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 にしんの甘露煮 なめ苺みぞれ和え 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	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
昼	御飯 カレーのみぞれ煮 冬瓜のそぼろあん 豚汁 グレープフルーツ	カレーうどん 韓国風肉じゃが かぶの梅肉和え オレンジ	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	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	御飯 鱈のチリソース煮 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	御飯 ミートローフ 青梗菜の醤油漬 味噌汁 黄桃缶
間	厚切り宇治抹茶バウム	ミニエクレア	カクテルゼリー	カエデの実	バニラアイス	チョコマフィン	マロンババロア
夕	御飯 麻婆茄子 菜の花のからし和え そばの実なめこ 味噌汁	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 鯖の味噌煮 かぶの柚子香和え ごま高菜漬 すまし汁	御飯 鮭のチャップ焼き 里芋の含め煮 かっぱ漬 すまし汁	本日の選択食は A：揚げだし豆腐 B：海老の湯葉巻き 御飯 蓮根のきんぴら 桜漬 すまし汁 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 ふくさ焼 冬瓜のそぼろ煮 わかめの磯漬 きのこ汁
	I初片 - 1440kcal たんぱく質 61.4g 脂質 32.5g 炭水化物 220.0g 食塩相当量 7.7g 0	I初片 - 1355kcal たんぱく質 58.2g 脂質 30.4g 炭水化物 207.2g 食塩相当量 7.8g 0	I初片 - 1426kcal たんぱく質 57.4g 脂質 27.3g 炭水化物 216.5g 食塩相当量 7.1g 0	I初片 - 1358kcal たんぱく質 59.3g 脂質 43.6g 炭水化物 174.5g 食塩相当量 7.3g 0	I初片 - 1441kcal たんぱく質 61.1g 脂質 34.2g 炭水化物 207.0g 食塩相当量 6.9g 0	I初片 - 1439kcal たんぱく質 60.3g 脂質 42.8g 炭水化物 204.7g 食塩相当量 7.4g 0	I初片 - 1445kcal たんぱく質 59.3g 脂質 38.1g 炭水化物 217.1g 食塩相当量 7.0g 0

予定献立・調理名一覧表

常食

2025年11月17日 ~ 2025年11月23日

	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)
朝	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 納豆 小松菜の磯辺和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 田舎煮 キャベツの塩もみ 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 野菜巾着 キャベツのしその実和え 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 ショア ヨーグルト	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
昼	ねぎとろ丼 黒糖黒酢肉団子 味噌汁 オレンジ	あんかけ焼きそば えび焼売 豚汁 白桃缶	御飯 赤魚の粕漬焼 茄子の肉味噌炒め すまし汁 バナナ	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 鱈の南蛮あんかけ 豚と白菜の炒め煮 すまし汁 洋なし缶	御飯 バーベキューチキン さつまいもの甘煮 野菜椀 柿	御飯 カレーのみぞれ煮 揚げなすの香味和え 味噌汁 パイン缶
間	カステラ	サッポロポテト	カップdeヤクルト	スイートポテト	ライチゼリー	福栗まんじゅう	チップスターのり塩
夕	御飯 炒り鶏 オクラのおかか和え つぼ漬 かき玉汁	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 すき焼き煮 胡瓜とわかめの酢の物 たくあん 味噌汁	御飯 鮭の西京焼 南瓜のいとこ煮 白菜漬 味噌汁	御飯 青椒肉絲 温泉卵 茄子醤油漬 すまし汁	御飯 豆腐ハンバーグ キャベツのしらす和え 桜漬 味噌汁	御飯 回鍋肉 杓刈草のくるみ和え あみ佃煮 すまし汁
							
	御飯 たんぱく質 61.6g 脂質 38.3g 炭水化物 201.1g 食塩相当量 7.5g 0	御飯 たんぱく質 64.6g 脂質 36.5g 炭水化物 195.6g 食塩相当量 7.3g 0	御飯 たんぱく質 58.3g 脂質 29.5g 炭水化物 206.5g 食塩相当量 6.3g 0	御飯 たんぱく質 60.8g 脂質 32.7g 炭水化物 215.8g 食塩相当量 6.8g 0	御飯 たんぱく質 58.8g 脂質 35.1g 炭水化物 184.2g 食塩相当量 7.0g 0	御飯 たんぱく質 55.9g 脂質 19.3g 炭水化物 236.7g 食塩相当量 5.9g 0	御飯 たんぱく質 61.2g 脂質 36.6g 炭水化物 207.2g 食塩相当量 7.5g 0

予定献立・調理名一覧表

常食

2025年11月24日 ~ 2025年11月30日

	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)
朝	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 肉詰めいなり 山芋の酢の物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 オムレツ 青梗菜の桜比 ^レ 和え 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 ゴーヤチャンプル 胡瓜とツナの和え物 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	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	三色丼 かつのわさび ^レ 和え すまし汁 キウイフルーツ	塩ラーメン 海鮮えび餃子 柿なます りんご	御飯 ヒレカツ もずく酢 すまし汁 グレープフルーツ	サンドイッチ ハバ ^レ グ ^レ おオ ^レ ス コーンポタージュ アロエシロップ漬	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 なめ苺みぞれ和え 味噌汁 フルーツカクテル	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	生クリームワッフル	とろける杏仁豆腐	はちみつケーキ	キットカット	プリン	水ようかん	ブルーベリーゼリー
夕	御飯 鯷フライ 冬瓜のそぼろ煮 しば漬 味噌汁	御飯 鯖のバジル焼き 茄子の味噌炒め ザーサイ 春雨スープ	御飯 かじきのバター醤油焼 ところてん 桜漬 沢煮椀	御飯 めばるの幽庵焼 じゃが煮 赤かっぱ漬 味噌汁	本日の選択食は A：鱧の甘酢あんかけ B：麻婆茄子 御飯 ごぼうサラダ キャベツのしその実和え 五目スープ です！お楽しみに♪ 	御飯 豚の生姜焼 ひじきの煮物 たくあん 味噌汁	御飯 豆腐ステーキ 温泉卵 野沢菜漬 若竹汁
	I初 ^レ - 1419kcal たんぱく質 64.7g 脂質 29.3g 炭水化物 215.5g 食塩相当量 7.5g 0	I初 ^レ - 1449kcal たんぱく質 61.6g 脂質 30.4g 炭水化物 225.8g 食塩相当量 7.4g 0	I初 ^レ - 1355kcal たんぱく質 61.3g 脂質 32.1g 炭水化物 196.9g 食塩相当量 5.5g 0	I初 ^レ - 1403kcal たんぱく質 60.2g 脂質 37.1g 炭水化物 199.9g 食塩相当量 7.9g 0	I初 ^レ - 1420kcal たんぱく質 59.7g 脂質 37.4g 炭水化物 206.4g 食塩相当量 7.8g 0	I初 ^レ - 1382kcal たんぱく質 63.2g 脂質 29.9g 炭水化物 209.1g 食塩相当量 7.5g 0	I初 ^レ - 1405kcal たんぱく質 64.8g 脂質 39.2g 炭水化物 190.3g 食塩相当量 7.7g 0