

予定献立・調理名一覧表

常食

2026年6月1日 ~ 2026年6月7日

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)
朝	御飯 五目大豆 オクラのしらす和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 オムレツ 菜の花のごま和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 鮭の塩焼き 小松菜と竹輪の煮浸し 味噌汁 まめびよ いちご ヨーグルト 	御飯 生揚げの卵とし 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 納豆和え キャベツのお浸し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 だし巻たまご いんげんのごま和え 昆布佃煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 オムレツ ベーコン入り野菜炒め 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 
昼	五目ちらし寿司 野菜のかき揚げ 海老と帆立の若葉蒸し 沢煮碗 キウイフルーツ 	塩ラーメン 錦糸しゅうまい トマトの華風和え りんご 	カレーライス サラダ マセドアンスープ アロエシロップ漬 	ナイススティック かじきの焼きマリネ コーンポタージュ 甘夏缶 	御飯 鯖のレモン照焼 さつまいもの甘煮 味噌汁 バナナ 	御飯 ミートローフ もやしの生姜和え のっぺい汁 グレープフルーツ 	御飯 鯖のスタミナ漬 青梗菜の醤油漬 吉野汁 マンゴー缶 
間	ハワイとマダガのケーキ 	ミルクロールケーキ 	日向夏ゼリー 	カスタードケーキ 	いちごババロア 	やわらかおかきソフト 	マンゴープリン 
夕	御飯 赤魚の煮付 もずく酢 うぐいす豆 味噌汁 	御飯 豚の生姜焼 白菜と豆腐の炒め物 わかめの磯漬 中華スープ 	御飯 鯖の幽庵焼 みつばの和え物 昆布佃煮 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 チキンチャップ 青梗菜の醤油漬 たくあん漬 すまし汁 	御飯 赤魚の粕漬 三色野菜の華風和え しその実漬 味噌汁 	御飯 カレーコロッケ 炒めなます つぼ漬 味噌汁 
	I初* - 1406kcal たんぱく質 59.8g 脂質 28.2g 炭水化物 224.7g 食塩相当量 7.6g 0	I初* - 1408kcal たんぱく質 57.5g 脂質 35.3g 炭水化物 209.0g 食塩相当量 6.7g 0	I初* - 1392kcal たんぱく質 56.8g 脂質 31.2g 炭水化物 216.0g 食塩相当量 7.7g 0	I初* - 1409kcal たんぱく質 58.6g 脂質 38.7g 炭水化物 202.5g 食塩相当量 6.6g 0	I初* - 1446kcal たんぱく質 62.9g 脂質 31.9g 炭水化物 221.2g 食塩相当量 6.7g 0	I初* - 1439kcal たんぱく質 63.4g 脂質 34.9g 炭水化物 196.3g 食塩相当量 7.8g 0	I初* - 1434kcal たんぱく質 55.7g 脂質 34.1g 炭水化物 220.4g 食塩相当量 7.1g 0

2026年6月8日 ~ 2026年6月14日

	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)
朝	御飯 いわしのかつお煮 ほうれん草のおひたし あまのり佃煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 目玉焼 切干大根の煮物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 五目巾着 ゴーヤチャンプルー 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 厚焼き玉子 小松菜の錦糸和え 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 射込みこうや 胡瓜と茗荷の酢の物 しそ昆布 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 魚肉ソーゼーの加-炒め ほうれん草のおかか煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 かに風味厚巻たまご 筍としめじの煮物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
昼	御飯 ひれカツ あさりと長ねぎのぬた 味噌汁 白桃缶	焼きそば 白菜としめじのお浸し すまし汁 オレンジ	御飯 ホキのケイジャン焼 ふきと筍のおかか煮 そうめん汁 パイン缶	りんごパン トマト煮込みハバ-グ マセドアンスープ アロエシロップ漬	御飯 銀ひらすの西京漬 里芋と貝柱の煮物 けんちん汁 りんご	御飯 焼餃子 南瓜の甘煮 すまし汁 グレープフルーツ	御飯 赤魚のみぞれ煮 ふきと薩摩揚げの金平 豚汁 キウイフルーツ
間	利休まんじゅう	あじさいゼリー	レアチーズカップ	ミニエクレア	シークワ-サータルト	ソフトサラダせんべい	抹茶水ようかん
夕	御飯 かにたま 根菜の旨煮 かつば漬 五目スープ	御飯 鱈のチリソース煮 シルバーサラダ 昆布豆 味噌汁	御飯 八宝菜 わかめとかにの酢の物 ザーサイ 吉野汁	御飯 鰯のみりん醤油漬 ブロッコリーの華風和え 桜漬 すまし汁	本日の選択食は A：やわらかかつの卵とし B：鯖竜田のおろしぼん酢 御飯 茄子とイグ-の炒め煮 たくあん すまし汁 です！お楽しみに♪ 	御飯 スズキの香梅ソース 高野の含め煮 温泉卵 味噌汁	御飯 すき焼き風煮 豆苗の和え物 野沢菜漬 のっぺい汁
	I初キ- 1419kcal たんぱく質 63.6g 脂質 28.7g 炭水化物 222.1g 食塩相当量 7.5g 0	I初キ- 1351kcal たんぱく質 57.8g 脂質 32.0g 炭水化物 203.7g 食塩相当量 7.6g 0	I初キ- 1383kcal たんぱく質 62.7g 脂質 29.0g 炭水化物 198.6g 食塩相当量 7.3g 0	I初キ- 1359kcal たんぱく質 64.6g 脂質 37.2g 炭水化物 186.5g 食塩相当量 7.8g 0	I初キ- 1394kcal たんぱく質 63.5g 脂質 34.8g 炭水化物 200.8g 食塩相当量 6.3g 0	I初キ- 1423kcal たんぱく質 59.0g 脂質 31.3g 炭水化物 210.2g 食塩相当量 7.3g 0	I初キ- 1359kcal たんぱく質 59.8g 脂質 26.6g 炭水化物 214.7g 食塩相当量 6.3g 0

予定献立・調理名一覧表

常食

2026年6月15日 ~ 2026年6月21日

	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)
朝	御飯 にしんの甘露煮 キャベツのピザ和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 肉詰めいなり 蓮根のきんぴら しそ昆布佃煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 ツナじゃが 野菜炒め 味噌汁 ジョア ヨーグルト 	御飯 つくねの煮物 ピーマンの炒め物 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト 	御飯 信田煮 菜の花のおひたし 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 さつま揚げの炒め物 ひじきの煮物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 準備中 	御飯 ウインナー入り厚巻卵 オクラと長芋の和え物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 
昼	ピビンバ丼 蒲鉾のなめ茸和え わかめスープ フルーツカクテル 	ほうとう 八幡巻 豆腐の田楽 バナナ 	御飯 鶏の山賊焼 かぶとパスタの洋風煮 すまし汁 オレンジ 	サンドイッチ 鮭の香草パン粉焼き コンソメスープ りんご 	御飯 カレイの柚子麴漬 大根と貝柱の和えもの 味噌汁 甘夏缶 準備中 	御飯 チキン南蛮 青梗菜の辛子醤油和え かき玉汁 洋梨缶 	御飯 赤魚の粕漬 里芋のそぼろ煮 すまし汁 白桃缶 
間	あんずケーキ 	ピーチフルーチェ 	お米のムース 	ようかんロール 	乳菓まんじゅう 	はちみつレモンゼリー 	クリームコンフェ 
夕	御飯 和風ロールキャベツ もやしとハムのマリネ しばわかめ すまし汁 	御飯 鰯のバジル焼 三色ナムル 桜漬 すまし汁 	御飯 擬製豆腐 いかの緑酢和え 高菜漬 味噌汁 	御飯 牛皿 南瓜の甘煮 つぼ漬 すまし汁 	御飯 回鍋肉 冬瓜の薄くす煮 野沢菜漬 沢煮椀 	御飯 かじきの幽庵焼 ふうふう大根 冷奴 味噌汁 	御飯 肉団子の甘酢あんかけ 小松菜のからし和え ごま高菜漬 すまし汁 
	I初キ - 1417kcal たんぱく質 55.2g 脂質 38.7g 炭水化物 196.5g 食塩相当量 7.8g 0	I初キ - 1362kcal たんぱく質 60.8g 脂質 37.2g 炭水化物 190.9g 食塩相当量 6.4g 0	I初キ - 1385kcal たんぱく質 63.3g 脂質 31.8g 炭水化物 199.9g 食塩相当量 7.7g 0	I初キ - 1425kcal たんぱく質 56.0g 脂質 41.1g 炭水化物 201.7g 食塩相当量 7.1g 0	I初キ - 1375kcal たんぱく質 60.1g 脂質 31.4g 炭水化物 209.6g 食塩相当量 6.0g 0	I初キ - 1391kcal たんぱく質 60.7g 脂質 27.9g 炭水化物 200.2g 食塩相当量 7.7g 0	I初キ - 1422kcal たんぱく質 60.9g 脂質 30.6g 炭水化物 218.3g 食塩相当量 7.2g 0

予定献立・調理名一覧表

常食

2026年6月22日 ~ 2026年6月28日

	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)
朝	御飯 白和え 胡瓜とわかめの酢の物 梅干し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 海老入り野菜炒め キャベツのしらす和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 いわしのかつお煮 貝柱とアスパラの炒め物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 野菜巾着 いんげんの胡麻和え 味噌汁 ヨーグルト ミルクティー	御飯 がんもどきの煮物 青梗菜の醤油漬 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 にしんの甘露煮 シーチキンサラダ 味噌汁 ヤクルト ヨーグルト	御飯 五目厚焼きたまご ほうれん草の磯和え 昆布佃煮 味噌汁 カルシウムマスカット ヨーグルト
昼	五目チャーハン 揚げ茄子の生姜浸し 中華スープ グレープフルーツ	けんちんそば 若鶏の二色巻き 大根と貝柱のサラダ りんご	オムライス サラダ コンソメスープ キウイフルーツ	ピザトースト レモンペッパーチキン ミネストローネ みかん缶	御飯 サーモンフライ 竹輪と三つ葉の和え物 豚汁 マンゴー缶	三色丼 かつのわさび和え 中華スープ バナナ	御飯 松風焼 切干大根の煮物 味噌汁 アロエシロップ漬
間	新潟仕込みせんべい	カップdeヤクルト	スイートポテト	ミニバームロール	カクテルゼリー	アルフォート	とろける杏仁豆腐
夕	御飯 油淋鶏 ふきと竹輪の金平 かっぱ漬 すまし汁	御飯 目鯛の味噌漬 牛蒡とアリのピリ辛炒め あみ佃煮 すまし汁	御飯 家常豆腐 いかと長ねぎのぬた しば漬 すまし汁	御飯 鮭のチリチリ焼き ゴーヤチャンプル 白菜漬 味噌汁	本日の選択食は A：スコッチエッグ B：サーモンのバジル焼 御飯 ポテトサラダ しばわかめ 味噌汁 です！お楽しみに♪ 	御飯 ホキのケイジャン焼 うの花炒め かっぱ漬 すまし汁	御飯 メカジキの西京焼 トマトの甘酢生姜和え 桜漬 味噌汁
	I初キ - 1364kcal たんぱく質 58.1g 脂質 33.1g 炭水化物 192.3g 食塩相当量 7.8g 0	I初キ - 1363kcal たんぱく質 62.8g 脂質 33.2g 炭水化物 197.7g 食塩相当量 7.1g 0	I初キ - 1449kcal たんぱく質 63.5g 脂質 42.4g 炭水化物 196.3g 食塩相当量 7.8g 0	I初キ - 1411kcal たんぱく質 64.2g 脂質 48.5g 炭水化物 175.5g 食塩相当量 7.6g 0	I初キ - 1424kcal たんぱく質 58.7g 脂質 35.1g 炭水化物 203.4g 食塩相当量 7.0g 0	I初キ - 1387kcal たんぱく質 63.3g 脂質 28.4g 炭水化物 215.1g 食塩相当量 6.4g 0	I初キ - 1364kcal たんぱく質 61.0g 脂質 23.7g 炭水化物 220.8g 食塩相当量 7.4g 0

