

週間予定献立表 (1500kcal)

期間： 2026年08月31日（月） ～ 2026年09月06日（日）

	8月31日（月）	9月1日（火）	9月2日（水）	9月3日（木）	9月4日（金）	9月5日（土）	9月6日（日）
朝	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○ソーセージと野菜のソテー ○たいみそ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○白菜のクリーム煮 ○ブロッコリーごまサラダ ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○ひきなすり ○さくら漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○豆腐のふんわり天 ○ほうれん草のお浸し ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○竹輪と大根の煮物 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○金平ごぼう ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○じゃが芋のそぼろ炒め ○スナックおかか和え ○ふりかけ ○牛乳
食	[エネルギー] 511 kcal [タンパク質] 24.1 g [脂質] 7.4 g [炭水化物] 88.0 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 455 kcal [タンパク質] 20.4 g [脂質] 7.7 g [炭水化物] 77.8 g [塩分] 2.4 g	[エネルギー] 519 kcal [タンパク質] 25.8 g [脂質] 13.4 g [炭水化物] 75.6 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 438 kcal [タンパク質] 21.4 g [脂質] 6.6 g [炭水化物] 84.3 g [塩分] 3.3 g	[エネルギー] 469 kcal [タンパク質] 24.8 g [脂質] 5.8 g [炭水化物] 81.6 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 487 kcal [タンパク質] 23.0 g [脂質] 8.2 g [炭水化物] 80.6 g [塩分] 2.0 g	[エネルギー] 461 kcal [タンパク質] 19.7 g [脂質] 4.9 g [炭水化物] 85.9 g [塩分] 2.2 g
昼	○米飯 ○豚肉のオイスター炒め ○マカロニサラダ ○りんごムース	○夏野菜カレーライス ○コールスローサラダ ○ミックスフルーツ缶	○米飯 ○白身魚ねぎ味噌焼き ○じゃが芋のコンソメ煮 ○キャベツの浅漬け	○米飯 ○八宝菜 ○長芋の梅和え ○杏仁豆腐	○米飯 ○チンジャオロース ○ほうれん草わさび和え ○みかんムース	○米飯 ○豚肉となすの炒め煮 ○中華風豆腐サラダ ○金時豆	○焼き鳥丼 ○オクラとツナの和え物 ○オレンジ
食	○ワッフル	○レモンケーキ	○クレープ	○ドームケーキ	○やわらかおかき	○どらやき	○パームクーヘン
食	[エネルギー] 694 kcal [タンパク質] 18.9 g [脂質] 29.9 g [炭水化物] 87.9 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 704 kcal [タンパク質] 16.1 g [脂質] 31.2 g [炭水化物] 92.4 g [塩分] 3.5 g	[エネルギー] 429 kcal [タンパク質] 18.9 g [脂質] 7.4 g [炭水化物] 73.3 g [塩分] 1.9 g	[エネルギー] 625 kcal [タンパク質] 15.9 g [脂質] 22.1 g [炭水化物] 90.0 g [塩分] 0.7 g	[エネルギー] 519 kcal [タンパク質] 17.1 g [脂質] 20.2 g [炭水化物] 66.5 g [塩分] 1.2 g	[エネルギー] 757 kcal [タンパク質] 25.9 g [脂質] 27.3 g [炭水化物] 101.6 g [塩分] 1.2 g	[エネルギー] 243 kcal [タンパク質] 18.0 g [脂質] 6.0 g [炭水化物] 28.6 g [塩分] 1.9 g
夕	○米飯 ○かに豆腐 ○ひじき煮 ○塩だれ和え	○米飯 ○鮭の塩焼き ○かぼちゃの甘煮 ○オクラの梅和え	○米飯 ○鶏団子のスープ煮 ○春雨の和え物 ○豆昆布	○米飯 ○かに玉 ○もやしのナムル ○オクラとめかぶ和え	○チャーハン ○シュウマイ ○キャベツのスープ煮 ○ブロッコリーかにかまサラダ	○米飯 ○たらマスタード焼き ○ビーフンソテー ○もずくの酢の物	○米飯 ○オムレツミートソースかけ ○さつまいもサラダ ○わらびのお浸し
食	[エネルギー] 388 kcal [タンパク質] 14.5 g [脂質] 8.5 g [炭水化物] 66.4 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 390 kcal [タンパク質] 19.5 g [脂質] 4.4 g [炭水化物] 68.1 g [塩分] 3.8 g	[エネルギー] 460 kcal [タンパク質] 14.7 g [脂質] 12.1 g [炭水化物] 73.7 g [塩分] 1.8 g	[エネルギー] 443 kcal [タンパク質] 16.4 g [脂質] 9.2 g [炭水化物] 75.7 g [塩分] 2.7 g	[エネルギー] 568 kcal [タンパク質] 21.9 g [脂質] 19.0 g [炭水化物] 78.2 g [塩分] 2.2 g	[エネルギー] 473 kcal [タンパク質] 18.2 g [脂質] 18.0 g [炭水化物] 64.4 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 660 kcal [タンパク質] 11.3 g [脂質] 39.5 g [炭水化物] 67.4 g [塩分] 1.7 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

掲示期限 R8年9月6日迄