

週 間 予 定 献 立 表 (1500kcal)

期間： 2026年04月26日（日） ～ 2026年05月02日（土）

	4月26日（日）	4月27日（月）	4月28日（火）	4月29日（水）	4月30日（木）	5月1日（金）	5月2日（土）
朝 食	○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 ○ひきないり ○さくら漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○豆腐のふんわり天 ○ほうれん草胡麻和え ○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	○米飯 ○みそ汁 ○いわしの梅煮 ○小松菜の味噌マヨ和え ○しそ昆布 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○もやしとひじき和え ○洋なし缶	○米飯 ○チンジャオロース ○納豆草とかにのナムル ○ブルーベリーヨーグルト	○米飯 ○★お楽しみコロッケ★ ○ブロッコリーかにかまサラダ ○みかん缶	○米飯 ○豚肉のキムチ炒め ○大根ほたてサラダ ○黄桃缶	○米飯 ○ササみのみそバター焼き ○根菜の煮物 ○パイン缶	○米飯 ○豚肉の甘辛煮 ○春雨の和え物 ○りんごムース	○カレーライス ○キャベツのポン酢和え ○ミックスフルーツ缶
夕 食	○米飯 ○かに豆腐 ○きのこベーコンソテー ○いんげんのゴマ和え	○米飯 ○鮭のムニエルおろし添え ○きゅうりの浅漬け ○五目煮	○かにピラフ ○シュウマイ ○キャベツサラダ ○いちごムース	○米飯 ○あじの南蛮漬け ○アスパラの炒め物 ○高菜漬け	○米飯 ○グリルドチキンマトリョース ○レタスのサラダ ○ブルーベリーヨーグルト	○米飯 ○かれいのおろし煮 ○オクラとツナの和え物 ○黄桃缶	○米飯 ○タラのさらさ蒸し ○なす田楽 ○胡瓜とみょうが和え
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1448 kcal [タンパク質] 50.3 g [脂 質] 43.3 g [炭水化物] 216.9 g [塩 分] 5.2 g	[エネルギー] 1523 kcal [タンパク質] 62.0 g [脂 質] 51.9 g [炭水化物] 205.0 g [塩 分] 5.5 g	[エネルギー] 1374 kcal [タンパク質] 47.6 g [脂 質] 28.0 g [炭水化物] 245.6 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1422 kcal [タンパク質] 60.2 g [脂 質] 36.9 g [炭水化物] 214.8 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1334 kcal [タンパク質] 64.3 g [脂 質] 22.5 g [炭水化物] 222.0 g [塩 分] 5.7 g	[エネルギー] 1406 kcal [タンパク質] 55.7 g [脂 質] 29.2 g [炭水化物] 231.3 g [塩 分] 6.1 g	[エネルギー] 1480 kcal [タンパク質] 51.9 g [脂 質] 37.4 g [炭水化物] 238.8 g [塩 分] 9.5 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。

週 間 予 定 献 立 表 (1500kcal)

期間： 2026年05月03日（日） ～ 2026年05月09日（土）

	5月3日（日）	5月4日（月）	5月5日（火）	5月6日（水）	5月7日（木）	5月8日（金）	5月9日（土）
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの煮物 ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○京風白和え ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉と高野の煮物 ○とろろ芋 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○厚焼き卵 ○キャベツとトマト和え ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ツナとじゃが芋の煮物 ○小松菜のなめたけ和え ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○キャベツのおかか和え ○青かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○チンゲン菜と油揚げ炒め ○さくら漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鮭の照り焼き ○煮浸し ○手作りぶどうゼリー	○米飯 ○鶏肉のガリバタ炒め ○ブロッコリーかにサラダ ○杏仁豆腐	○オムライス ○梅ドレ和え ○ピーチムース ○★こどもの日メニュー★	○米飯 ○たらマスタード焼き ○ブロッコリー胡麻ドレ ○フルーツヨーグルト	○米飯 ○鶏肉の香味ソース ○かぼちゃサラダ ○白桃缶	○米飯 ○かに玉 ○茄子の揚げ浸し ○白菜のみみ漬け	○鮭ちらし ○筑前煮 ○ストロベリーパバロア ○★母の日メニュー★
夕 食	○米飯 ○豚肉の塩麴炒め ○大根炒り ○みかん缶	○米飯 ○ほっけしそ味噌焼き ○ハウレン草のバターソテー ○ところてん	○米飯 ○鶏肉の梅たれ焼き ○冷奴 ○金時豆	○米飯 ○サバみりん漬け焼き ○キャベツのもみ漬け ○たいみそ	○米飯 ○豚肉のオイスター炒め ○新玉葱の酢の物 ○バナナ	○米飯 ○鶏肉のさっぱり煮 ○もやしカレーソテー ○ピーナツ和え	○米飯 ○たらの香味焼き ○豆腐かにあんかけ ○高菜漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1453 kcal [タンパク質] 58.7 g [脂 質] 36.1 g [炭水化物] 213.7 g [塩 分] 7.0 g	[エネルギー] 1422 kcal [タンパク質] 73.0 g [脂 質] 28.0 g [炭水化物] 223.3 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1445 kcal [タンパク質] 66.5 g [脂 質] 29.2 g [炭水化物] 231.6 g [塩 分] 6.5 g	[エネルギー] 1407 kcal [タンパク質] 63.6 g [脂 質] 39.8 g [炭水化物] 201.6 g [塩 分] 5.2 g	[エネルギー] 1390 kcal [タンパク質] 54.1 g [脂 質] 28.2 g [炭水化物] 231.9 g [塩 分] 6.1 g	[エネルギー] 1387 kcal [タンパク質] 63.1 g [脂 質] 29.7 g [炭水化物] 217.8 g [塩 分] 8.9 g	[エネルギー] 1318 kcal [タンパク質] 65.0 g [脂 質] 30.4 g [炭水化物] 201.6 g [塩 分] 7.5 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。

週 間 予 定 献 立 表 (1500kcal)

期間： 2026年05月10日（日） ～ 2026年05月16日（土）

	5月10日（日）	5月11日（月）	5月12日（火）	5月13日（水）	5月14日（木）	5月15日（金）	5月16日（土）
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○切干大根と高野の煮物 ○ほうれん草胡麻和え ○ふりかけ ○牛乳	○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 ○ひきないうり ○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
昼 食	○米飯 ○鶏肉和風おろしソース ○里芋のうま煮 ○ミックスフルーツ缶	○米飯 ○さわらのごまみりん焼 ○キャベツとベーコンのソテー ○ごぼうサラダ	○ほたて風味あんかけ丼 ○大根と竹輪のうま煮 ○りんごムース ○★複式献立の日★ ○あんかけ焼きそば	○米飯 ○白身魚フライ ○ブロッコリーのツナ和え ○マンゴープリン	○米飯 ○ハンバーグデミソース ○ジャーマンポテト ○バナナヨーグルト	○豚丼 ○コールスローサラダ ○りんごムース ○★複式献立の日★ ○味噌ラーメン	○米飯 ○ほっけねぎ味噌焼き ○なめこ豆腐 ○白桃缶
夕 食	○かにピラフ ○大根のスープ煮 ○ポテトサラダ ○パイン缶	○米飯 ○焼き肉炒め ○からしあえ ○バナナ	○米飯 ○豚肉の塩麹炒め ○おかか和え ○つぼ漬け	○カレーライス ○大根梅ドレ和え ○手作りぶどうゼリー	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○マカロニサラダ ○みかん缶	○米飯 ○たらのカレームニエル ○白菜のもみ漬け ○豆昆布	○米飯 ○かに玉 ○大根のツナ煮 ○手作りオレンジゼリー
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1265 kcal [タンパク質] 49.0 g [脂 質] 20.8 g [炭水化物] 226.1 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1549 kcal [タンパク質] 62.1 g [脂 質] 42.3 g [炭水化物] 232.2 g [塩 分] 6.6 g	[エネルギー] 1731 kcal [タンパク質] 58.7 g [脂 質] 39.6 g [炭水化物] 291.2 g [塩 分] 9.7 g	[エネルギー] 1608 kcal [タンパク質] 54.5 g [脂 質] 50.3 g [炭水化物] 240.2 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1601 kcal [タンパク質] 57.2 g [脂 質] 51.7 g [炭水化物] 238.2 g [塩 分] 6.5 g	[エネルギー] 1821 kcal [タンパク質] 72.8 g [脂 質] 49.9 g [炭水化物] 279.0 g [塩 分] 13.8 g	[エネルギー] 1365 kcal [タンパク質] 58.7 g [脂 質] 24.9 g [炭水化物] 227.3 g [塩 分] 6.5 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。

週 間 予 定 献 立 表 (1500kcal)

期間： 2026年05月17日（日） ～ 2026年05月23日（土）

	5月17日（日）	5月18日（月）	5月19日（火）	5月20日（水）	5月21日（木）	5月22日（金）	5月23日（土）
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○じゃが芋のそぼろ炒め ○スナップおかか和え ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○いわしの梅煮 ○小松菜の味噌マヨ和え ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの煮物 ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○京風白和え ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉と高野の煮物 ○とろろ芋 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○厚焼き卵 ○キャベツとハムマヨ和え ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ツナとじゃが芋の煮物 ○小松菜のなめたけ和え ○ふりかけ ○牛乳
昼 食	○米飯 ○肉じゃが ○なす田楽 ○ミックスフルーツ缶	○米飯 ○鶏肉の照り焼き ○スパゲッティサラダ ○手作りぶどうゼリー	○米飯 ○★お楽しみコロッケ★ ○春雨サラダ ○みかん缶	○米飯 ○豚肉のキムチ炒め ○もずくの酢の物 ○カクテルゼリー	○米飯 ○ホキの磯辺焼き ○かぼちゃサラダ ○ピーチムース	○米飯 ○たらのマヨ焼き ○じゃが芋カレーソテー ○手作り青りんごゼリー	○米飯 ○麻婆豆腐 ○煮びたし ○杏仁豆腐
夕 食	○米飯 ○サワラの梅みそ焼き ○がんもの煮物 ○ブルーベリーヨーグルト	○チャーハン ○えびシュウマイ ○ほうれん草のナムル ○黄桃缶	○米飯 ○回鍋肉 ○ビーフンソテー ○金時豆	○米飯 ○鮭の塩焼き ○昆布茶和え ○みかん缶	○米飯 ○鶏団子みぞれ煮 ○里芋のうま煮 ○さくら漬け	○米飯 ○タラのさらさ蒸し ○キャベツのポン酢和え ○黄桃缶	○ハヤシライス ○ブロッコリーかにサラダ ○フルーツヨーグルト
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1550 kcal [タンパク質] 56.2 g [脂 質] 43.6 g [炭水化物] 236.3 g [塩 分] 6.4 g	[エネルギー] 1394 kcal [タンパク質] 53.2 g [脂 質] 28.4 g [炭水化物] 232.4 g [塩 分] 6.5 g	[エネルギー] 1558 kcal [タンパク質] 55.0 g [脂 質] 40.5 g [炭水化物] 237.9 g [塩 分] 5.5 g	[エネルギー] 1408 kcal [タンパク質] 58.5 g [脂 質] 36.4 g [炭水化物] 212.5 g [塩 分] 7.2 g	[エネルギー] 1242 kcal [タンパク質] 50.9 g [脂 質] 17.7 g [炭水化物] 221.9 g [塩 分] 7.1 g	[エネルギー] 1340 kcal [タンパク質] 62.2 g [脂 質] 28.4 g [炭水化物] 216.5 g [塩 分] 6.6 g	[エネルギー] 1357 kcal [タンパク質] 51.2 g [脂 質] 29.5 g [炭水化物] 226.1 g [塩 分] 5.2 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。

週 間 予 定 献 立 表 (1500kcal)

期間： 2026年05月24日（日） ～ 2026年05月30日（土）

	5月24日（日）	5月25日（月）	5月26日（火）	5月27日（水）	5月28日（木）	5月29日（金）	5月30日（土）
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○キャベツのおかか和え ○青かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○チンゲン菜と油揚げ炒め ○さくら漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○切干大根と高野の煮物 ○ほうれん草胡麻和え ○ふりかけ ○牛乳	○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 ○ひきないり ○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
昼 食	○米飯 ○さわらのごまみりん焼 ○大根炒り ○オレンジ	○米飯 ○豚肉となすの炒め煮 ○もやしと胡瓜和え物 ○白桃缶	○米飯 ○八宝菜 ○オクラとツナの和え物 ○金時豆	○米飯 ○ほっけの塩焼き ○ほうれん草わさび和え ○パイン缶	○米飯 ○鶏肉のガリパタ炒め ○がんもの煮物 ○ブルーベリーヨーグルト	○米飯 ○エビ団子チリ風卵炒め ○ブロッコリーのツマヨ和え ○白桃缶	○米飯 ○豚肉入り野菜炒め ○もみ漬け ○杏仁豆腐
夕 食	○米飯 ○豚肉の塩麹炒め ○中華風豆腐サラダ ○高菜漬け	○米飯 ○ほっけしそ味噌焼き ○春雨の和え物 ○手作りぶどうゼリー	○米飯 ○鮭の味噌マヨ焼き ○大根の甘酢漬け ○バナナ	○米飯 ○チンジャオロース ○ポテトサラダ ○ピーナツ和え	○米飯 ○ほきの照り焼き ○キャベツとベーコンのソテー ○ぶどうムース	○米飯 ○和風おろしハンバーグ ○小松菜のお浸し ○つぼ漬け	○米飯 ○鶏肉のタルタルがけ ○大根のピリ辛炒め ○オクラの梅和え
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1382 kcal [タンパク質] 62.5 g [脂 質] 37.4 g [炭水化物] 199.0 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1434 kcal [タンパク質] 55.5 g [脂 質] 36.7 g [炭水化物] 220.2 g [塩 分] 5.6 g	[エネルギー] 1512 kcal [タンパク質] 59.4 g [脂 質] 36.4 g [炭水化物] 236.8 g [塩 分] 6.3 g	[エネルギー] 1489 kcal [タンパク質] 59.8 g [脂 質] 41.9 g [炭水化物] 220.6 g [塩 分] 6.3 g	[エネルギー] 1335 kcal [タンパク質] 66.8 g [脂 質] 26.7 g [炭水化物] 210.5 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1453 kcal [タンパク質] 57.0 g [脂 質] 38.6 g [炭水化物] 223.0 g [塩 分] 7.1 g	[エネルギー] 1354 kcal [タンパク質] 54.0 g [脂 質] 35.5 g [炭水化物] 216.8 g [塩 分] 7.7 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。

週 間 予 定 献 立 表 (1500kcal)

期間： 2026年05月31日（日） ～ 2026年06月06日（土）

	5月31日（日）	6月1日（月）	6月2日（火）	6月3日（水）	6月4日（木）	6月5日（金）	6月6日（土）
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○竹輪と大根の煮物 ○たくあん漬け ○牛乳						
昼 食	○米飯 ○鶏団子みぞれ煮 ○菜の花サラダ ○みかん缶						
夕 食	○米飯 ○白身魚ねぎ味噌焼き ○うの花 ○手作りぶどうゼリー						
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1269 kcal [タンパク質] 55.5 g [脂 質] 17.1 g [炭水化物] 228.0 g [塩 分] 7.1 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 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。