

週 間 予 定 献 立 表 (1500kcal)

期間： 2026年07月26日（日） ～ 2026年08月01日（土）

	7月26日（日）	7月27日（月）	7月28日（火）	7月29日（水）	7月30日（木）	7月31日（金）	8月1日（土）
朝 食	○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	○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 ○ブロッコリーごま和え ○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
昼 食	○米飯 ○八宝菜 ○青梗菜と人参の生姜和 ○マンゴープリン	○チキンカレーライス ○コールスローサラダ ○白桃缶	○米飯 ○エビ団子チリ風卵炒め ○塩だれ和え ○みかん缶	○米飯 ○白身魚の山椒焼き ○大根とザラ揚げの煮物 ○胡瓜の梅肉和え	○米飯 ○鶏肉の治部煮 ○茄子のピリ辛炒め ○みかん缶	○米飯 ○チンジャオロース ○春雨サラダ ○パイン缶	○米飯 ○厚揚げの生姜そぼろ煮 ○水菜サラダ ○ミックスフルーツ缶
夕 食	○米飯 ○トマトソースハンバーグ ○アスパラのマヨサラダ ○洋なし缶	○米飯 ○あじの照り焼き ○炒り豆腐 ○金時豆	○米飯 ○豚肉の柳川風 ○かぼちゃの甘煮 ○高菜漬け	○米飯 ○油淋鶏 ○白菜とツナの炒め煮 ○りんごムース	○米飯 ○ほっけの塩焼き ○オクラ胡麻和え ○ポテトサラダ	○米飯 ○かに豆腐 ○浅漬け ○もずくの酢の物	○米飯 ○たらの香味焼き ○長芋の梅和え ○ピーナツ和え
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1439 kcal [タンパク質] 50.0 g [脂 質] 36.3 g [炭水化物] 232.1 g [塩 分] 5.1 g	[エネルギー] 1434 kcal [タンパク質] 71.4 g [脂 質] 26.5 g [炭水化物] 232.2 g [塩 分] 8.9 g	[エネルギー] 1472 kcal [タンパク質] 57.3 g [脂 質] 37.5 g [炭水化物] 228.7 g [塩 分] 6.5 g	[エネルギー] 1340 kcal [タンパク質] 52.0 g [脂 質] 26.3 g [炭水化物] 223.2 g [塩 分] 6.0 g	[エネルギー] 1369 kcal [タンパク質] 60.5 g [脂 質] 22.6 g [炭水化物] 234.3 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1354 kcal [タンパク質] 48.2 g [脂 質] 34.6 g [炭水化物] 216.6 g [塩 分] 5.8 g	[エネルギー] 1413 kcal [タンパク質] 62.0 g [脂 質] 37.9 g [炭水化物] 211.7 g [塩 分] 6.7 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08月02日（日） ～ 2026年08月08日（土）

	8月2日（日）	8月3日（月）	8月4日（火）	8月5日（水）	8月6日（木）	8月7日（金）	8月8日（土）
朝 食	○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
昼 食	○米飯 ○肉じゃが ○もやしのナムル ○キウイフルーツ	○米飯 ○鯖の塩焼き ○野菜のかにあんかけ ○ブルーベリーヨーグルト	○ビビンバ丼 ○うま塩サラダ ○りんごムース ○★複式献立の日★ ○ジャージャー麺	○米飯 ○かに玉 ○ひじき煮 ○バナナ	○米飯 ○白身魚ねぎ味噌焼き ○わかめの中華和え ○カクテルゼリー	○豚バラ味噌煮込み丼 ○含め煮 ○大根ほたてサラダ ○★複式献立の日★ ○冷やし中華	○米飯 ○鶏肉のガリパタ炒め ○彩りサラダ ○フルーツヨーグルト
夕 食	○米飯 ○エビ団子チリ風卵炒め ○胡瓜と加かの酢の物 ○おろしとめかぶ和え	○米飯 ○鶏肉のカレー炒め ○アスパラベーコンソテー ○ザーサイ	○米飯 ○ほきのごま味噌焼 ○大根のピリ辛炒め ○豆昆布	○米飯 ○グリルドチキントマトス ○きゅうりの酢の物 ○しそ昆布	○米飯 ○豚肉の山椒風味焼き ○豆腐のきのこあんかけ ○ピーナツ和え	○かにピラフ ○シュウマイ ○じゃが芋のスープ煮 ○若布とアスパラのツナサラダ	○米飯 ○ほっけの七味焼き ○卵とじ煮 ○高菜漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1424 kcal [タンパク質] 51.3 g [脂 質] 35.8 g [炭水化物] 239.7 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1344 kcal [タンパク質] 70.2 g [脂 質] 30.1 g [炭水化物] 206.7 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1770 kcal [タンパク質] 74.7 g [脂 質] 35.0 g [炭水化物] 296.8 g [塩 分] 10.0 g	[エネルギー] 1328 kcal [タンパク質] 55.4 g [脂 質] 19.1 g [炭水化物] 236.3 g [塩 分] 6.4 g	[エネルギー] 1448 kcal [タンパク質] 56.4 g [脂 質] 32.8 g [炭水化物] 230.7 g [塩 分] 7.0 g	[エネルギー] 1935 kcal [タンパク質] 74.7 g [脂 質] 55.9 g [炭水化物] 280.4 g [塩 分] 10.2 g	[エネルギー] 1342 kcal [タンパク質] 73.2 g [脂 質] 26.2 g [炭水化物] 207.5 g [塩 分] 7.8 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08月09日（日） ～ 2026年08月15日（土）

	8月9日（日）	8月10日（月）	8月11日（火）	8月12日（水）	8月13日（木）	8月14日（金）	8月15日（土）
朝 食	○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 ○スープ ○厚焼き卵 ○キャベツとハム和え ○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	○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
昼 食	○米飯 ○鯖みりん漬け焼き ○マカロニサラダ ○オレンジ	○米飯 ○麻婆豆腐 ○茄子の揚げ浸し ○ピーチムース	○五目ごはん ○天ぷら ○胡瓜と加かの酢の物 ○メロン ○★お盆メニュー★	○米飯 ○豚肉のオイスター煮 ○ブロッコリー炒め ○バナナ	○米飯 ○親子煮 ○お浸し ○杏仁豆腐	○カレーライス ○彩りサラダ ○みかん缶	○米飯 ○豚肉のキムチ炒め ○大根ほたてサラダ ○ブルーベリーヨーグルト
夕 食	○米飯 ○豚しゃぶの胡麻だれ ○オクラの和え物 ○しそ昆布	○米飯 ○鮭の塩焼き ○うの花 ○梅ドレ和え	○米飯 ○ホキ味噌漬け焼き ○根菜の煮物 ○ところてん	○チャーハン ○シュウマイ ○じゃが芋のスープ煮 ○コールスローサラダ	○米飯 ○豚肉の塩麹炒め ○春雨の和え物 ○五目煮	○米飯 ○黄金かれいの煮付け ○セロリの香り炒め ○ピーナツ和え	○米飯 ○白身魚マスタード焼き ○冷奴 ○キャベツのもみ漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1540 kcal [タンパク質] 58.0 g [脂 質] 51.4 g [炭水化物] 212.4 g [塩 分] 6.7 g	[エネルギー] 1428 kcal [タンパク質] 59.2 g [脂 質] 37.2 g [炭水化物] 218.7 g [塩 分] 5.0 g	[エネルギー] 1326 kcal [タンパク質] 48.1 g [脂 質] 20.4 g [炭水化物] 240.3 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1582 kcal [タンパク質] 60.0 g [脂 質] 46.0 g [炭水化物] 231.9 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1441 kcal [タンパク質] 60.8 g [脂 質] 38.7 g [炭水化物] 213.8 g [塩 分] 6.4 g	[エネルギー] 1461 kcal [タンパク質] 54.7 g [脂 質] 35.2 g [炭水化物] 237.3 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1496 kcal [タンパク質] 62.7 g [脂 質] 44.4 g [炭水化物] 214.8 g [塩 分] 7.3 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08月16日（日） ～ 2026年08月22日（土）

	8月16日（日）	8月17日（月）	8月18日（火）	8月19日（水）	8月20日（木）	8月21日（金）	8月22日（土）
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○白菜のクリーム煮 ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰごまﾏﾏﾀﾞ ○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	○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
昼 食	○米飯 ○たらのｺｰﾝﾏﾓ焼き ○炒り豆腐 ○キウイフルーツ	○米飯 ○八宝菜 ○酢の物 ○バナナ	○米飯 ○回鍋肉 ○長芋の梅和え ○みかん缶	○米飯 ○ほっけの塩焼き ○車麩の煮物 ○白桃缶	○米飯 ○鯖の味噌煮 ○きゅうりの酢の物 ○ミックスフルーツ缶	○米飯 ○★お楽しみコロッケ★ ○玉葱とわかめの酢の物 ○パイン缶	○米飯 ○豆腐のﾋﾞﾘ辛煮 ○昆布茶和え ○カクテルゼリー
夕 食	○米飯 ○厚揚げと豚の胡椒炒め ○辛子和え ○つぼ漬け	○米飯 ○鮭のマリネ ○ホウレン草のﾊﾞﾀｰﾖｰｸﾞｰ ○キャベツの浅漬け	○チキンカレーライス ○彩りサラダ ○ﾌﾙｰﾍﾞﾘｰﾖｰｸﾞｰﾙﾄ	○米飯 ○鶏肉のさっぱり煮 ○大根のﾋﾞﾘ辛炒め ○しそ昆布	○米飯 ○豚肉のオイスター煮 ○炒り豆腐 ○梅ドレ和え	○米飯 ○ホキの磯辺焼き ○油麩の卵とじ ○もずくの酢の物	○米飯 ○豚肉と大根の辛炒め ○もやしのナムル ○つぼ漬け
栄養 量目 安	[エネルギー] 1431 kcal [タンパク質] 54.6 g [脂 質] 40.1 g [炭水化物] 219.0 g [塩 分] 5.0 g	[エネルギー] 1565 kcal [タンパク質] 58.1 g [脂 質] 53.3 g [炭水化物] 215.3 g [塩 分] 5.5 g	[エネルギー] 1503 kcal [タンパク質] 57.3 g [脂 質] 41.3 g [炭水化物] 241.8 g [塩 分] 8.1 g	[エネルギー] 1282 kcal [タンパク質] 68.2 g [脂 質] 15.2 g [炭水化物] 220.1 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1468 kcal [タンパク質] 58.5 g [脂 質] 42.8 g [炭水化物] 215.0 g [塩 分] 5.4 g	[エネルギー] 1269 kcal [タンパク質] 47.5 g [脂 質] 20.1 g [炭水化物] 227.9 g [塩 分] 6.0 g	[エネルギー] 1425 kcal [タンパク質] 46.0 g [脂 質] 37.3 g [炭水化物] 215.5 g [塩 分] 6.9 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08月23日(日) ～ 2026年08月29日(土)

	8月23日(日)	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	8月29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 ○キャベツとハム和え ○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 ○炒り鶏 ○若布とアスパラのツナサラダ ○オレンジ	○米飯 ○豚肉のケチャップ炒め ○大根和風サラダ ○りんごムース	○米飯 ○ほっけのみりん焼き ○含め煮 ○みかんヨーグルト	○米飯 ○麻婆なす ○ほうれん草和え ○パイン缶	○カレーライス ○コールスローサラダ ○バナナ	○米飯 ○豚肉の柳川風 ○オクラとツナの和え物 ○ミックスフルーツ缶	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○キャベツ塩だれ和え ○バナナヨーグルト
夕 食	○米飯 ○かに豆腐 ○コールスローサラダ ○ザーサイ	○米飯 ○白身魚マスタード焼き ○なすの揚げ浸し ○金時豆	○かにピラフ ○シュウマイ ○キャベツのスープ煮 ○レタスとツナのサラダ	○米飯 ○鶏肉の香味ソース ○玉葱とわかめの酢の物 ○たくあん漬け	○米飯 ○卵の辛子醤油焼き ○根菜の煮物 ○胡瓜とみょうが和え	○米飯 ○さわら西京漬け焼き ○うの花 ○なます	○米飯 ○かに玉 ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰかにｶﾏﾏﾗｸﾞ ○たくあん漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1349 kcal [タンパク質] 59.9 g [脂 質] 29.7 g [炭水化物] 208.9 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1634 kcal [タンパク質] 65.0 g [脂 質] 51.6 g [炭水化物] 228.8 g [塩 分] 6.6 g	[エネルギー] 1336 kcal [タンパク質] 58.9 g [脂 質] 24.5 g [炭水化物] 222.8 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1408 kcal [タンパク質] 57.7 g [脂 質] 38.4 g [炭水化物] 213.1 g [塩 分] 4.1 g	[エネルギー] 1468 kcal [タンパク質] 54.2 g [脂 質] 36.4 g [炭水化物] 237.4 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1385 kcal [タンパク質] 61.0 g [脂 質] 31.6 g [炭水化物] 213.0 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1480 kcal [タンパク質] 60.5 g [脂 質] 35.6 g [炭水化物] 234.7 g [塩 分] 8.9 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08月30日（日） ～ 2026年09月05日（土）

	8月30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）
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					
昼 食	○米飯 ○あじの南蛮漬け ○チーズ 南瓜サラダ ○キウイフルーツ	○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					
夕 食	○チャーハン ○シュウマイ ○大根のスープ煮 ○カリフラワーサラダ	○米飯 ○かに豆腐 ○ひじき煮 ○塩だれ和え					
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1505 kcal [タンパク質] 59.0 g [脂 質] 40.9 g [炭水化物] 229.7 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1521 kcal [タンパク質] 55.2 g [脂 質] 43.3 g [炭水化物] 232.2 g [塩 分] 7.4 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。