


2026年



献立表



	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1	2
期						豚肩ロースト いちじく＆マーガリン 真だくさんスープ(鶏) 煮物 牛乳	丸ロースト マーレード&マーガリン ポトフ 手巻煎餅 牛乳
昼						ごはん ちゃんちゃん焼き 肉じゃが 小松菜などおなじみ	焼きそば 白飯のレモン和え アロエヨーグルト
選択食						ごはん 雑穀カツ お米さんびら ごま和え	
夕						ごはん 鶏のから揚げ ビーンズサラダ コンソメスープ	ごはん あじの照り焼き ひじき甘 もやし甘酢和え
選択食						ごはん カラのムニエルきのこソース ビーンズサラダ ホワイトポタージュ	
	3	4	5	6	7	8	9
期	ローカパン はちみつ＆マーガリン ツナが子 ほうろく＆ベーコンソテー 牛乳	イロローロール ブルーベリー&マーガリン 真だくさんスープ(ベーコン) ポトフ	豚肩ロースト りんごジャム&マーガリン ミニサラダ(トリ) コンソメスープ 牛乳	ローカパン イチゴジャム 真だくさんスープ(トマト) 煮物 牛乳	イロローロール マーガリン スクランブルエッグ スープ煮(カレー) 牛乳	豚肩ロースト いちじく＆マーガリン 真だくさんスープ(鶏) 煮物 牛乳	丸ロースト マーレード&マーガリン ポトフ 手巻煎餅 牛乳
昼	ごはん 肉巻 中華豆腐 煮物	ごはん ハッシュドポーク マカロニサラダ マフィン	ごはん 麻婆豆腐 キャベツとえびのサラダ 煮物	ごはん さつまいもの燗焼 鶏ししが 煮ます	ごはん 鶏肉のから揚げ 彩り野菜のチャーマンポテト キャベツとイカの和えもの	ごはん 白身魚のあかで焼き ほうろく煮 ほうろく＆ベーコンの和えもの	ごはん 中華豆腐 ほうろく煮 ほうろく＆ベーコンの和えもの
選択食							
夕	ごはん さばの塩焼 鶏のほろ煮 ほうろく＆ベーコン和え	ごはん タンダーリーチキン 豆腐のほろ煮 ほうろく＆ベーコン和え	ごはん あじの生巻焼き 鶏ししがのほろ煮 菜の花のごま和え かしわもち	ごはん チキン南蛮 豚肉が子と野菜の煮物 白飯の中華和え	パサ青豆 たまご汁 煮物	ごはん ヘルシーミートローフ ポテトサラダ パイザンスープ	ごはん 鶏のマヨネーズ焼き 赤豆と味噌の煮物 りんごんとひじきの白和え
選択食							
	10	11	12	13	14	15	16
期	ローカパン はちみつ＆マーガリン ツナが子 ほうろく＆ベーコンソテー 牛乳	イロローロール ブルーベリー&マーガリン 真だくさんスープ(ベーコン) ポトフ	豚肩ロースト りんごジャム&マーガリン ミニサラダ(トリ) コンソメスープ 牛乳	ローカパン イチゴジャム 真だくさんスープ(トマト) 煮物 牛乳	イロローロール マーガリン スクランブルエッグ スープ煮(カレー) 牛乳	豚肩ロースト いちじく＆マーガリン 真だくさんスープ(鶏) 煮物 牛乳	丸ロースト マーレード&マーガリン ポトフ 手巻煎餅 牛乳
昼	ごはん 鶏の燗焼 肉巻きおぼろ 白菜とジャコスのお返し 煮物	ごはん ポークカレー 青じそサラダ マフィン	真だくさんミートスパゲティ 麻婆豆腐 煮物	ごはん さつまいもの山椒焼 厚揚げと竹輪の煮物 胡瓜のおかか和え	ごはん 鶏のから揚げ 中華風炒り豆腐 ホワイトムス 煮物	ごはん ポークソテー エビ炒り卵 オクラのマリネ 煮物	ごはん 鶏肉の煮物あん わかめスープ ほうろく＆ベーコンの和えもの
選択食							
夕	ごはん 豆豚(バーゲン) 豆豚の柳川風 工役和え	ごはん あじの照り焼き とり肉豆腐 ほうろく＆ベーコン和え	ごはん 鶏肉の山椒焼 鶏ししが 小松菜の和え物	ごはん ポークソテー 野菜とえびのポトフ 大根サラダ	焼肉(バーゲン) 肉じゃが 鶏のたまご焼き 菜の花の梅和え	ごはん アジの照り焼き 鶏のたまご 鶏のたまご 鶏のたまご	ごはん 鶏肉のから揚げ ほうろく煮 ほうろく＆ベーコンの和えもの
選択食							
	17	18	19	20	21	22	23
期	ローカパン はちみつ＆マーガリン ツナが子 ほうろく＆ベーコンソテー 牛乳	イロローロール ブルーベリー&マーガリン 真だくさんスープ(ベーコン) ポトフ	豚肩ロースト りんごジャム&マーガリン ミニサラダ(トリ) コンソメスープ 牛乳	ローカパン イチゴジャム 真だくさんスープ(トマト) 煮物 牛乳	イロローロール マーガリン スクランブルエッグ スープ煮(カレー) 牛乳	豚肩ロースト いちじく＆マーガリン 真だくさんスープ(鶏) 煮物 牛乳	丸ロースト マーレード&マーガリン ポトフ 手巻煎餅 牛乳
昼	ごはん 鶏の燗焼 肉巻きおぼろ 白菜とジャコスのお返し 煮物	ごはん 鶏肉の生巻焼き 豆腐のほろ煮 インゲンのごま和え	ごはん 鶏ししが ほうろく煮 ほうろく＆ベーコンの和えもの	ごはん 鶏肉のから揚げ 冷やっこ 冷やっこ	ごはん 鶏のから揚げ 五目煮 ごま和え	ごはん ちゃんちゃん焼き 肉じゃが 小松菜などおなじみ	焼きそば 白飯のレモン和え アロエヨーグルト
選択食							
夕	ごはん 自身のお返し なすのほろ煮 アツタ煮	ごはん さばの塩焼 鶏肉と大根の煮物 山椒和え	ごはん 鶏肉と野菜のみそマヨネーズかけ ポテトオムレツ おかわり	ごはん 自身お返し 鶏肉と大根の煮物 菜の花としらすの辛子和え	カレーシロ 海苔のほろ煮 アツタ煮 煮物	ごはん 鶏のから揚げ ビーンズサラダ コンソメスープ	ごはん あじの照り焼き ひじき甘 もやし甘酢和え
選択食							
	24	25	26	27	28	29	30
期	ローカパン はちみつ＆マーガリン ツナが子 ほうろく＆ベーコンソテー 牛乳	イロローロール ブルーベリー&マーガリン 真だくさんスープ(ベーコン) ポトフ	豚肩ロースト りんごジャム&マーガリン ミニサラダ(トリ) コンソメスープ 牛乳	ローカパン イチゴジャム 真だくさんスープ(トマト) 煮物 牛乳	イロローロール マーガリン スクランブルエッグ スープ煮(カレー) 牛乳	豚肩ロースト いちじく＆マーガリン 真だくさんスープ(鶏) 煮物 牛乳	丸ロースト マーレード&マーガリン ポトフ 手巻煎餅 牛乳
昼	ごはん 肉巻 中華豆腐 煮物	ごはん ハッシュドポーク マカロニサラダ マフィン	ごはん 麻婆豆腐 キャベツとえびのサラダ 煮物	ごはん さつまいもの燗焼 鶏ししが 煮ます	ごはん 鶏肉のから揚げ 彩り野菜のチャーマンポテト キャベツとイカの和えもの	ごはん 白身魚のあかで焼き ほうろく煮 ほうろく＆ベーコンの和えもの	ごはん 中華豆腐 ほうろく煮 ほうろく＆ベーコンの和えもの
選択食							
夕	ごはん 豆豚(バーゲン) 豆豚の柳川風 工役和え	ごはん タンダーリーチキン 豆腐のほろ煮 ほうろく＆ベーコン和え	ごはん あじの生巻焼き 鶏ししがのほろ煮 菜の花のごま和え	ごはん チキン南蛮 豚肉が子と野菜の煮物 白飯の中華和え	パサ青豆 たまご汁 煮物	ごはん ヘルシーミートローフ ポテトサラダ パイザンスープ	ごはん 鶏のマヨネーズ焼き 赤豆と味噌の煮物 りんごんとひじきの白和え
選択食							
	31						
期	ローカパン はちみつ＆マーガリン ツナが子 ほうろく＆ベーコンソテー 牛乳						
昼	ごはん 鶏の燗焼 肉巻きおぼろ 白菜とジャコスのお返し 煮物						
選択食							
夕	ごはん 豆豚(バーゲン) 豆豚の柳川風 工役和え						
選択食							

・常食Aの予定献立です。実施献立は都合により、予告なく変更になる場合がございます。
 ・昼・夕メニューが2種類載っている日は、選択メニュー実施日です。
 ・栄養部のページはこちらです。