



配食サービス 献立表

2026

★2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
ピラフ チリコンカン オムレツ マカロニサラダ 味噌汁 りんご缶	ご飯 鯖の味噌煮・金平ごぼう ほうれん草のお浸し 炊き合わせ(がんも・人参・さつま芋) すまし汁 白桃缶	ご飯 クリームシチュー メンチカツ 野菜サラダ ミニロールケーキ	ご飯 白菜と豚肉の旨煮 じゃが芋の煮っころがし チンゲン菜のお浸し 味噌汁 みかん缶	ご飯 揚げ鶏の香味だれ 添え野菜 もやしのナムル さつま芋の甘煮 味噌汁 黄桃缶
エネルギー 630kcal たんぱく質 22.8g 脂質 17.4g 食塩相当量 5.1g	エネルギー 587kcal たんぱく質 20.4g 脂質 21.3g 食塩相当量 2.7g	エネルギー 663kcal たんぱく質 21.0g 脂質 18.1g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 516kcal たんぱく質 20.2g 脂質 13.6g 食塩相当量 2.4g	エネルギー 660kcal たんぱく質 22.8g 脂質 25.6g 食塩相当量 2.6g
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	★13日(金)
豚丼 キャベツの酢の物 ツナとピーマンの炒め物 味噌汁 ドーナツ	ご飯 油淋鶏 添え野菜 もやしの旨塩おかか和え チンゲン菜ときのこのオイスターソース炒め 味噌汁 みかん缶		ご飯 麻婆豆腐 春巻き チンゲン菜のナムル 味噌汁 りんご缶	ちらし寿司 白身魚の天ぷら 野菜あんかけ 炊き合わせ(里芋・椎茸・人参・がんも) ほうれん草の和え物 味噌汁 うさぎ饅頭
エネルギー 574kcal たんぱく質 23.0g 脂質 15.9g 食塩相当量 3.6g	エネルギー 648kcal たんぱく質 22.3g 脂質 28.5g 食塩相当量 3.6g		エネルギー 627kcal たんぱく質 21.6g 脂質 24.5g 食塩相当量 3.7g	エネルギー 531kcal たんぱく質 21.2g 脂質 13.8g 食塩相当量 1.9g
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
ご飯 ハニーマスタードチキン 添え野菜 じゃが芋のめんつゆバター オクラの胡麻和え 味噌汁 パイン缶	ご飯 豚の生姜焼き 添え野菜 ポテトサラダ 高野豆腐の煮物 味噌汁 黄桃缶	ご飯 白身魚の天ぷら 生姜みぞれあん カリフラワーの酢の物 小松菜の磯部和え 味噌汁 みかん缶	ご飯 鶏の治部煮 金平ごぼう 小松菜の昆布和え 味噌汁 パイン缶	ご飯 肉団子の野菜あんかけ 豆腐と茄子の田楽 チンゲン菜の胡麻和え 味噌汁 白桃缶
エネルギー 592kcal たんぱく質 24.2g 脂質 21.5g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 588kcal たんぱく質 23.1g 脂質 17.4g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 531kcal たんぱく質 20.2g 脂質 13.3g 食塩相当量 2.7g	エネルギー 527kcal たんぱく質 22.5g 脂質 16.0g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 605kcal たんぱく質 20.8g 脂質 14.6g 食塩相当量 3.9g
23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
	ご飯 ハンバーグきのこソース 添え野菜 マカロニサラダ 小松菜のピーナツ和え 味噌汁 パイン缶	ご飯 鶏の照り焼き 添え野菜 南瓜のいとこ煮 いんげんのソテー 味噌汁 白桃缶	ご飯 鯖の塩焼き ひじき煮物 厚揚げと豚肉の炒め物 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁 黄桃缶	ボークカレー 白身フライ 白菜のコールスロー バームクーヘン
	エネルギー 595kcal たんぱく質 19.5g 脂質 17.9g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 544kcal たんぱく質 23.7g 脂質 13.4g 食塩相当量 3.5g	エネルギー 583kcal たんぱく質 24.1g 脂質 24.8g 食塩相当量 2.6g	エネルギー kcal たんぱく質 24.4g 脂質 29.2g 食塩相当量 2.9g



