

# Weekly Menu

2026年

1月25日～1月31日

事業所名

写真は◆印のお料理のイメージです。

1月25日(日)



御飯  
厚焼き玉子  
五目豆  
ふりかけ  
みそ汁

1月26日(月)



御飯  
白身魚バーグ  
納豆  
みそ汁

1月27日(火)



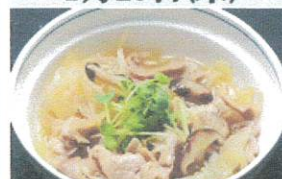
御飯  
玉子ロール  
ツナとじゃが芋の炒め煮  
ふりかけ  
みそ汁

1月28日(水)



御飯  
ハムステーキ  
マカロニサラダ  
みそ汁

1月29日(木)



御飯  
鮭塩焼き  
豆腐とひじきの炒り煮  
ふりかけ  
みそ汁

1月30日(金)



御飯  
オムレツ  
ちんげん菜旨塩和え  
みそ汁

1月31日(土)



御飯  
スクランブル  
ベーコン  
みそ汁

朝食和

朝食洋

昼食

夕食

朝食和

朝食洋

昼食

夕食

パン  
厚焼き玉子  
五目豆  
ジャム、マーガ  
牛乳

パン  
白身魚バーグ  
大豆トマト煮  
ジャム、マーガ  
牛乳

パン  
玉子ロール  
ツナとじゃが芋の炒め煮  
ジャム、マーガ  
牛乳

パン  
ハムステーキ  
マカロニサラダ  
ジャム、マーガ  
牛乳

パン  
鶏肉とキャベツソテー  
豆腐とひじきの炒り煮  
ジャム、マーガ  
牛乳

パン  
オムレツ  
ちんげん菜旨塩和え  
ジャム、マーガ  
牛乳

パン  
スクランブル  
ベーコン  
ジャム、マーガ  
牛乳

焼鳥丼  
大根金平  
白和え  
みそ汁

御飯  
★二種サーモンと帆立刺し  
錦糸玉子海老しんじょう  
デザート  
みそ汁

御飯  
厚揚げのそぼろ炒め  
さつま芋バター焼き  
ブロッコリーの明太マヨ和え  
みそ汁

ナポリタンスパゲッティ  
メンチカツ  
サラダ  
スープ

御飯  
豚肉の玉葱ソース  
大根田菜  
もやしと油揚げのポン酢  
すまし汁

パン二種  
チキンブラウンシチュー  
ウインナーソテー  
サラダ  
スープ

◆味噌ラーメン  
ニラ玉炒め  
ナムル  
デザート

御飯  
◆豚肉の味噌炒め  
冬瓜煮  
春雨サラダ  
すまし汁

麦御飯  
◆ほっけの塩焼き  
肉じゃが  
とろろ  
みそ汁

御飯  
◆チキンチリソース  
ベーコンもやし炒め  
デザート  
スープ

御飯  
◆★カレイの野菜あんかけ  
がんもの煮物  
小松菜のピーナッツ和え  
豚汁

御飯  
◆牛すき煮  
蓮根の南蛮炒め  
温玉  
みそ汁

御飯  
◆和風ハンバーグ  
南瓜煮  
ほうれん草山葵和え  
みそ汁

菜飯  
★銀鱈の粕漬け焼き  
竹輪の煮物  
揚げ茄子  
すまし汁