

Weekly Menu

2026年

10月25日～10月31日

事業所名

写真は◆印のお料理のイメージです。

10月25日(日)		10月26日(月)		10月27日(火)		10月28日(水)		10月29日(木)		10月30日(金)		10月31日(土)	
													
朝食和	御飯 厚焼き玉子 切干大根 ふりかけ みそ汁	朝食和	御飯 ハムステーキ 春菊の和え物 みそ汁	朝食和	御飯 半熟目玉焼き 納豆 ふりかけ みそ汁	朝食和	御飯 玉子ロール 小松菜旨塩和え みそ汁	朝食和	御飯 赤魚西京漬け 豆腐とひじきの炒り煮 ふりかけ みそ汁	朝食和	御飯 アンサンブルエッグ マカロニサラダ みそ汁	朝食和	御飯 スクランブル ベーコン みそ汁
	パン 厚焼き玉子 切干大根 ジャム、マーガ 牛乳		パン ハムステーキ 春菊の和え物 ジャム、マーガ 牛乳		パン 半熟目玉焼き キャベツソーセージクリーム煮 ジャム、マーガ 牛乳		パン 玉子ロール 小松菜旨塩和え ジャム、マーガ 牛乳		パン ハムとじゃが芋炒め 豆腐とひじきの炒り煮 ジャム、マーガ 牛乳		パン アンサンブルエッグ マカロニサラダ 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
	◆ポークカレー エビカツ サラダ スープ		サンドイッチ ポテトクリーム煮 サーモンマリネ スープ		御飯 ★カレイの粕漬け焼き ちぎり揚げの炊き合せ ブロッコリーのマヨ和え みそ汁		◆醤油ラーメン 肉団子 ナムル デザート		御飯 豚肉と茄子の炒め物 さつまいもの甘煮 わかめ酢の物 みそ汁		◆中華丼 シューマイ もやし中華サラダ スープ		◆～ハロウィン～ きのこクリームドリア 南瓜ハンバーグ デザート スープ
	夕食 菜飯 ★銀鱈みりん漬け焼き 里芋煮 キャベツ塩昆布和え みそ汁		御飯 ◆鶏肉の黒酢あん もやしとニラの炒め物 小松菜のおかかがけ みそ汁		御飯 ◆カラフル豚焼肉 南瓜煮 冷奴 みそ汁		御飯 牛肉味噌煮 大根と薩摩揚げの金平 春菊の胡麻和え すまし汁		御飯 ◆ハンバーグおろしソース がんもの煮物 おくらのおえ物 みそ汁		麦御飯 ほっけ塩焼き 厚揚げ煮 とろろ みそ汁		夕食 御飯 ★豚ロース西京漬け ごぼう炒り煮 ほうれん草山葵和え すまし汁
和洋	エネルギー 1753 kcal 脂質 44.1 g たんぱく質 69.8 g 塩分 10.2 g	和洋	エネルギー 1570 kcal 脂質 45.8 g たんぱく質 60.7 g 塩分 8.8 g	和洋	エネルギー 1652 kcal 脂質 47.0 g たんぱく質 53.7 g 塩分 9.2 g	和洋	エネルギー 1614 kcal 脂質 46.3 g たんぱく質 50.8 g 塩分 9.5 g	和洋	エネルギー 1614 kcal 脂質 46.5 g たんぱく質 60.7 g 塩分 8.2 g	和洋	エネルギー 1599 kcal 脂質 49.8 g たんぱく質 55.8 g 塩分 8.9 g	和洋	エネルギー 1681 kcal 脂質 46.0 g たんぱく質 59.2 g 塩分 9.1 g
	エネルギー 1676 kcal 脂質 38.6 g たんぱく質 69.9 g 塩分 8.5 g		エネルギー 1592 kcal 脂質 48.9 g たんぱく質 62.0 g 塩分 8.8 g		エネルギー 1641 kcal 脂質 57.4 g たんぱく質 53.9 g 塩分 9.7 g		エネルギー 1456 kcal 脂質 46.4 g たんぱく質 48.3 g 塩分 9.2 g		エネルギー 1545 kcal 脂質 55.0 g たんぱく質 58.0 g 塩分 8.4 g		エネルギー 1483 kcal 脂質 48.4 g たんぱく質 53.6 g 塩分 9.2 g		エネルギー 1763 kcal 脂質 50.2 g たんぱく質 62.6 g 塩分 9.8 g