

Weekly Menu

2026年

11月1日～11月7日

事業所名

写真は◆印のお料理のイメージです。

11月1日(日)		11月2日(月)		11月3日(火)		11月4日(水)		11月5日(木)		11月6日(金)		11月7日(土)	
													
朝食和	御飯 厚焼き玉子 ひじき煮 ふりかけ みそ汁	朝食和	御飯 豆腐ハンバーグ ほうれん草旨塩和え みそ汁	朝食和	御飯 白玉子焼き 納豆 ふりかけ みそ汁	朝食和	御飯 かに玉 オクラ和え みそ汁	朝食和	御飯 タラ煮付け 竹の子煮 ふりかけ みそ汁	朝食和	御飯 オムレツ スパゲティサラダ みそ汁	朝食和	御飯 スクランブル ウィンナー みそ汁
	パン 厚焼き玉子 ひじき煮 ジャム、マーガ 牛乳		パン 豆腐ハンバーグ ほうれん草旨塩和え ジャム、マーガ 牛乳		パン 白玉子焼き 大豆とベーコンの塩麹スープ煮 ジャム、マーガ 牛乳		パン かに玉 オクラ和え ジャム、マーガ 牛乳		パン 鶏肉キャベツソテー 竹の子煮 ジャム、マーガ 牛乳		パン オムレツ スパゲティサラダ ジャム、マーガ 牛乳		パン スクランブル ウィンナー ジャム、マーガ 牛乳
	御飯 鶏竜田油淋ソース 炒り豆腐 キムチ和え スープ		★まぐろカルパッチョサラダ ロールキャベツ デザート スープ		御飯 ◆豚肉の生姜焼き がんも煮 もずく酢 みそ汁		牛井 厚揚げおろしポン酢 温玉 みそ汁		とろろそば 肉じゃが 胡麻豆腐 デザート		御飯 ★カレイの幽庵焼き 冬瓜の煮物 おくらのお浸し みそ汁		ベーコンピラフ すき焼きコロッケ サラダ スープ
	御飯 ◆牛肉とニラの玉子とし チャーシュー炒め キャベツのピーナッツ和え みそ汁		御飯 ◆麻婆茄子 大学芋 ナムル スープ		御飯 舌平目シャリアビンソース さつま芋レモン煮 サラダ スープ		御飯 ◆鶏肉のねぎ塩だれ ごぼう炒り煮 小松菜辛子と和え みそ汁		御飯 ◆照り焼きハンバーグ 薩摩揚げの煮物 めかぶ和え みそ汁		御飯 ◆豚肉と茸のガリバタ炒め 南瓜煮 かぶのゆかり和え みそ汁		栗御飯 ◆★鮭の西京漬け焼き 竹輪の煮物 ほうれん草胡麻和え すまし汁
和洋	エネルギー 1628 kcal 脂質 44.9 g たんぱく質 66.6 g 塩分 9.1 g エネルギー 1644 kcal 脂質 59.4 g たんぱく質 64.5 g 塩分 9.1 g	和洋	エネルギー 1642 kcal 脂質 43.0 g たんぱく質 56.6 g 塩分 8.8 g エネルギー 1493 kcal 脂質 42.5 g たんぱく質 53.5 g 塩分 8.9 g	和洋	エネルギー 1502 kcal 脂質 40.5 g たんぱく質 49.6 g 塩分 8.9 g エネルギー 1519 kcal 脂質 53.4 g たんぱく質 49.6 g 塩分 10.4 g	和洋	エネルギー 1605 kcal 脂質 41.5 g たんぱく質 68.0 g 塩分 9.5 g エネルギー 1556 kcal 脂質 46.2 g たんぱく質 66.2 g 塩分 9.8 g	和洋	エネルギー 1649 kcal 脂質 49.1 g たんぱく質 51.6 g 塩分 8.4 g エネルギー 1656 kcal 脂質 50.4 g たんぱく質 52.3 g 塩分 8.8 g	和洋	エネルギー 1585 kcal 脂質 58.1 g たんぱく質 53.7 g 塩分 8.5 g エネルギー 1566 kcal 脂質 69.0 g たんぱく質 54.2 g 塩分 8.9 g	和洋	エネルギー 1607 kcal 脂質 50.3 g たんぱく質 57.0 g 塩分 7.9 g エネルギー 1458 kcal 脂質 49.8 g たんぱく質 53.9 g 塩分 8.0 g