Weekly Menu

2026年
11月15日～11月21日

事業所名

写真は◆印のお料理のイメージです。

	11月15日(日)	11月16日(月)	11月17日(火)	11月18日(水)	11月19日(木)	11月20日(金)	11月21日(土)	
								
朝食和	御飯 厚焼き玉子 うの花 ふりかけ みそ汁	御飯 白身魚バーグ 京風白和え みそ汁	御飯 かに玉 納豆 ふりかけ みそ汁	御飯 玉子ロール カリフラワーマリネ みそ汁	御飯 鯖味噌煮 昆布さつま揚げ炒め ふりかけ みそ汁	御飯 オムレツ スパゲティサラダ みそ汁	御飯 スクランブル ウィンナー みそ汁	朝食和
朝食洋	パン 厚焼き玉子 うの花 ジャム、マーガ 牛乳	パン 白身魚バーグ 京風白和え ジャム、マーガ 牛乳	パン かに玉 豚肉とキャベツの旨煮 ジャム、マーガ 牛乳	パン 玉子ロール カリフラワーマリネ ジャム、マーガ 牛乳	パン 野菜クリーム煮 昆布さつま揚げ炒め 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	朝食洋
昼食	御飯 エビフライ ベーコンポテトソテー マリネ スープ	パン二種 チキンクリームシチュー サーモンサラダ デザート スープ	御飯 ◆ハンバーグきのこソース 蓮根の南蛮炒め あちゃらかぶ みそ汁	ほうとう風うどん 豆腐包み焼き 小松菜胡麻和え デザート	御飯 豚肉ねぎ塩炒め さつま芋の甘煮 ブロッコリーの胡麻サラダ みそ汁	★◆うな丼 大根炒り煮 ほうれん草お浸し すまし汁	～和食の日～ 松茸御飯 ★◆鮭みりん漬け焼き 厚揚げ煮 チンゲン菜山葵和え みそ汁	昼食
夕食	御飯 ◆豚すき煮 さつま揚げ金平 温玉 みそ汁	御飯 ◆舌平目醤油バターソース 三角稲荷の煮物 もやし辛子和え みそ汁	御飯 ★金目西京焼き 冬瓜煮 白菜のしそ香味 すまし汁	御飯 ◆茄子味噌炒め 大学芋 ナムル スープ	御飯 ◆鶏肉の玉ねぎたれ がんもとふきの煮物 キャベツの甘酢漬 みそ汁	御飯 牛肉プルコギ 焼豚炒め デザート スープ	御飯 カラフル豚焼肉 南瓜煮 めかぶ和え みそ汁	夕食
和	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1528 kcal 脂質 35.9 g たんぱく質 56.6 g 塩分 8.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1595 kcal 脂質 44.9 g たんぱく質 61.6 g 塩分 7.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 2186 kcal 脂質 61.4 g たんぱく質 86.1 g 塩分 11.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1596 kcal 脂質 40.4 g たんぱく質 53.2 g 塩分 8.0 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1623 kcal 脂質 54.5 g たんぱく質 59.0 g 塩分 7.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1640 kcal 脂質 46.5 g たんぱく質 61.1 g 塩分 8.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1641 kcal 脂質 44.0 g たんぱく質 51.1 g 塩分 8.3 g	和
洋	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1505 kcal 脂質 38.0 g たんぱく質 56.5 g 塩分 8.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1581 kcal 脂質 56.8 g たんぱく質 59.2 g 塩分 8.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 2046 kcal 脂質 63.4 g たんぱく質 81.5 g 塩分 11.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1612 kcal 脂質 50.2 g たんぱく質 53.2 g 塩分 8.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1591 kcal 脂質 58.8 g たんぱく質 60.0 g 塩分 7.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1550 kcal 脂質 42.9 g たんぱく質 61.4 g 塩分 8.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1629 kcal 脂質 53.2 g たんぱく質 49.1 g 塩分 8.8 g	洋