

Weekly Menu

2026年

3月22日～3月28日

事業所名

写真は◆印のお料理のイメージです。

3月28日(土)

3月22日(日)



御飯
厚焼き玉子
ひじき煮
ふりかけ
みそ汁

3月23日(月)



御飯
白身魚ふんわり蒸し
納豆
みそ汁

3月24日(火)



御飯
半熟目玉焼き
小松菜の旨塩和え
ふりかけ
みそ汁

3月25日(水)



御飯
ジャーマンポテト
大根とツナの煮物
みそ汁

3月26日(木)



御飯
黒むつ西京漬け
昆布さつま揚げ炒め煮
ふりかけ
みそ汁

3月27日(金)



御飯
玉子ロール
スパゲティサラダ
みそ汁



御飯
スクランブル
ベーコン
みそ汁

朝食
和

朝食
和

朝食
洋

朝食
洋

昼食

昼食

夕食

夕食

パン
厚焼き玉子
ひじき煮

ジャム、マーガ
牛乳

パン
白身魚ふんわり蒸し
チキンホワイトシチュー

ジャム、マーガ
牛乳

パン
半熟目玉焼き
小松菜の旨塩和え

ジャム、マーガ
牛乳

パン
ジャーマンポテト
大根とツナの煮物

ジャム、マーガ
牛乳

パン
ソーセージ野菜ソテー
昆布さつま揚げ炒め煮

ジャム、マーガ
牛乳

パン
玉子ロール
スパゲティサラダ

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

御飯
鶏竜田油淋鶏ソース
ニラ玉子炒め
デザート
スープ

御飯
★カレイの粕漬け焼き
竹輪煮物
なめ茸おろし
すまし汁

けんちんうどん
錦糸玉子海老しんじょう
菜の花胡麻和え
デザート

◆★うなちらし
金平ごぼう
ほうれん草お浸し
すまし汁

御飯
◆豚肉塩炒め
冬瓜の含め煮
チンゲン菜山葵和え
みそ汁

◆醤油ラーメン
肉団子
蒸し鶏の中華和え
デザート

◆ハヤシライス
メンチカツ
サラダ
スープ

御飯
◆茄子と厚揚げの味噌炒め
里芋煮
キャベツの塩昆布和え
すまし汁

御飯
◆豚肉とキノコの炒め物
さつま芋バター焼き
わかめと枝豆ポン酢
みそ汁

御飯
◆★鮭のガーリックソース
じゃが芋トマト煮
カリフラワー明太マヨ和え
スープ

御飯
鶏肉白湯煮
ベーコン野菜炒め
しらす和え
みそ汁

御飯
舌平目黒胡椒だれ
ブロッコリーのカニあん
サラダ
みそ汁

御飯
ハンバーグデミソース
南瓜煮
マリネ
スープ

菜飯
鯖みりん漬け焼き
大根の煮物
小松菜お浸し
みそ汁