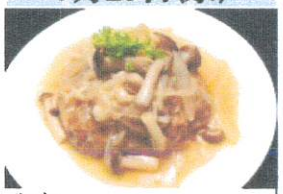
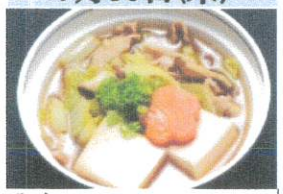
Weekly Menu

2026年
7月26日～8月1日

事業所名

写真は◆印のお料理のイメージです。

	7月26日(日)	7月27日(月)	7月28日(火)	7月29日(水)	7月30日(木)	7月31日(金)	8月1日(土)	
								
朝食和	御飯 厚焼き玉子 うの花 ふりかけ みそ汁	御飯 いわしバーグ 納豆 みそ汁	御飯 かに玉 春菊の和え ふりかけ みそ汁	御飯 ハムステーキ ほうれん草旨塩和え みそ汁	御飯 鮭塩焼き 豆腐とひじきの炒り煮 ふりかけ みそ汁	御飯 洋風玉子焼き 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 いわしバーグ 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 春菊の和え ジャム、マーガ 牛乳	パン ハムステーキ ほうれん草旨塩和え ジャム、マーガ 牛乳	パン ソーセージ野菜ソテー 豆腐とひじきの炒り煮 ジャム、マーガ 牛乳	パン 洋風玉子焼き 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	～土用の丑の日～ ◆★うな丼 大根炒り煮 海老のぬた すまし汁 	けんちんうどん【温】 豆腐包み揚げ なめ茸おくら デザート	御飯 ◆★金目幽庵焼き 南瓜煮 揚げ茄子ポン酢 みそ汁	ハヤシライス クリームコロッケ サラダ スープ	御飯 厚揚げのそぼろ炒め 冬瓜の含め煮 ブロッコリーのおかかかけ みそ汁	御飯 ヒレカツ エビ玉子ソテー デザート スープ	◆冷やし中華 シューマイ ナムル デザート	昼食
夕食	御飯 豚肉の生姜焼き さつま芋煮 もやし錦糸和え みそ汁	御飯 ◆ほっけ塩焼き 里芋の煮物 白菜胡麻和え みそ汁	御飯 鶏肉チリソース炒め 大学芋 中華奴 スープ	御飯 ◆ハンバーグ茸ソース ジャーマンポテト カリフラワー胡麻マヨ和え みそ汁	御飯 ◆牛肉豆腐 ハムもやし炒め キャベツとおくらの梅酢和え みそ汁	炊き込み御飯 ◆★銀鱈西京漬け 肉じゃが ほうれん草の塩麹和え すまし汁	御飯 豚肉玉子とじ 大根のカニあん レタスサラダ みそ汁	夕食
和	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1670 kcal 脂質 55.7 g たんぱく質 74.0 g 塩分 8.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1661 kcal 脂質 43.3 g たんぱく質 58.2 g 塩分 8.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1509 kcal 脂質 41.7 g たんぱく質 53.0 g 塩分 9.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1716 kcal 脂質 56.0 g たんぱく質 66.7 g 塩分 9.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1651 kcal 脂質 50.4 g たんぱく質 61.4 g 塩分 9.0 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1525 kcal 脂質 28.0 g たんぱく質 60.5 g 塩分 9.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1542 kcal 脂質 48.9 g たんぱく質 54.1 g 塩分 8.1 g	和
洋	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1583 kcal 脂質 63.2 g たんぱく質 72.5 g 塩分 8.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1711 kcal 脂質 51.3 g たんぱく質 61.8 g 塩分 10.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1532 kcal 脂質 44.8 g たんぱく質 54.2 g 塩分 9.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1707 kcal 脂質 66.4 g たんぱく質 67.2 g 塩分 9.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1613 kcal 脂質 60.4 g たんぱく質 58.7 g 塩分 9.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1505 kcal 脂質 41.6 g たんぱく質 58.7 g 塩分 9.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1512 kcal 脂質 53.3 g たんぱく質 55.3 g 塩分 8.1 g	洋