

Weekly Menu

2026年

8月16日～8月22日

事業所名

写真は◆印のお料理のイメージです。

8月16日(日)		8月17日(月)		8月18日(火)		8月19日(水)		8月20日(木)		8月21日(金)		8月22日(土)		朝食和
														
御飯 厚焼き玉子 五目豆 ふりかけ みそ汁		御飯 かに玉 いんげん白和え みそ汁		御飯 白身魚ふんわり蒸し 納豆 ふりかけ みそ汁		御飯 ハムステーキ 小松菜旨塩和え みそ汁		御飯 タラ煮付け 昆布とさつま揚げ炒め煮 ふりかけ みそ汁		御飯 白玉子焼き マカロニサラダ みそ汁		御飯 スクランブル ベーコン みそ汁		
朝食和		朝食和		朝食和		朝食和		朝食和		朝食和		朝食和		朝食洋
パン 厚焼き玉子 五目豆 ジャム、マーガ 牛乳		パン かに玉 いんげん白和え ジャム、マーガ 牛乳		パン 白身魚ふんわり蒸し ミニボトフ ジャム、マーガ 牛乳		パン ハムステーキ 小松菜旨塩和え ジャム、マーガ 牛乳		パン ソーセージ野菜ソテー 昆布とさつま揚げ炒め煮 ジャム、マーガ 牛乳		パン 白玉子焼き 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		
御飯 ◆メンチカツ 金平ごぼう 白菜の塩昆布和え みそ汁		冷やしおろしうどん カニ重ね蒸し ほうれん草しらす和え デザート		御飯 ★カレイ粕漬け焼き 厚揚げ煮 ブロッコリー生姜醤油和え すまし汁		★うなぎ混ぜ御飯 大根炒り煮 白和え すまし汁		御飯 ◆豚肉の生姜焼き 冬瓜の含め煮 オクラお浸し みそ汁		醤油ラーメン ギョーザ ナムル デザート		御飯 ★鮭幽庵焼き がんもの煮物 わかめの酢の物 みそ汁		昼食
昼食		昼食		昼食		昼食		昼食		昼食		昼食		
御飯 舌平目黒コショウだれ 大根トマト煮 南瓜サラダ スープ		御飯 ◆麻婆茄子 ハム野菜炒め キムチ和え スープ		御飯 ◆鶏肉ねぎ塩炒め ベーコンとじゃが芋煮物 冷奴 みそ汁		御飯 ◆牛肉大根煮 ニラもやし炒め デザート みそ汁		御飯 ハンバーグトマトソース 南瓜コンソメ煮 レタスサラダ スープ		御飯 ◆照り焼きチキン 薩摩揚げの煮物 小松菜胡麻和え みそ汁		御飯 ◆豚肉と白菜の旨煮 蓮根の南蛮炒め チンゲン菜の塩麹和え みそ汁		夕食
夕食		夕食		夕食		夕食		夕食		夕食		夕食		
和洋 エネルギー 1641 kcal 脂質 44.0 g たんぱく質 55.8 g 塩分 8.5 g エネルギー 1613 kcal 脂質 48.4 g たんぱく質 56.9 g 塩分 8.5 g		和洋 エネルギー 1667 kcal 脂質 58.0 g たんぱく質 58.6 g 塩分 9.1 g エネルギー 1749 kcal 脂質 61.3 g たんぱく質 66.6 g 塩分 7.7 g		和洋 エネルギー 1519 kcal 脂質 37.9 g たんぱく質 59.0 g 塩分 9.6 g エネルギー 1548 kcal 脂質 52.8 g たんぱく質 63.8 g 塩分 10.1 g		和洋 エネルギー 1587 kcal 脂質 46.8 g たんぱく質 51.4 g 塩分 9.1 g エネルギー 1388 kcal 脂質 43.1 g たんぱく質 48.8 g 塩分 9.4 g		和洋 エネルギー 1632 kcal 脂質 36.5 g たんぱく質 66.8 g 塩分 10.8 g エネルギー 1675 kcal 脂質 48.9 g たんぱく質 67.1 g 塩分 10.7 g		和洋 エネルギー 1616 kcal 脂質 46.3 g たんぱく質 50.3 g 塩分 9.2 g エネルギー 1573 kcal 脂質 50.8 g たんぱく質 51.0 g 塩分 9.4 g		和洋 エネルギー 1527 kcal 脂質 40.4 g たんぱく質 60.5 g 塩分 7.8 g エネルギー 1549 kcal 脂質 42.8 g たんぱく質 61.4 g 塩分 8.0 g		和洋