

Weekly Menu

2026年

9月13日～9月19日

事業所名

写真は◆印のお料理のイメージです。

9月13日(日)		9月14日(月)		9月15日(火)		9月16日(水)		9月17日(木)		9月18日(金)		9月19日(土)	
朝食和	御飯 厚焼き玉子 五目豆 ふりかけ みそ汁	朝食洋	御飯 ミニバーグ 京風白和え みそ汁	朝食和	御飯 白身魚ふんわり蒸し 納豆 ふりかけ みそ汁	朝食洋	御飯 白玉子焼き チンゲン菜旨塩和え みそ汁	朝食和	御飯 オムレツ マカロニサラダ みそ汁	朝食洋	御飯 カレー生姜醤油煮 大根とツナの煮物 ふりかけ みそ汁	朝食和	御飯 スクランブル ベーコン みそ汁
	パン 厚焼き玉子 五目豆 ジャム、マーガ 牛乳		パン ミニバーグ 京風白和え 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 白玉子焼き チンゲン菜旨塩和え ジャム、マーガ 牛乳		パン オムレツ マカロニサラダ ジャム、マーガ 牛乳		パン ハムじゃが芋炒め 大根とツナの煮物 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 エビフライ ベーコンポテトソテー デザート スープ		冷やし牛肉おろしそば さつま芋金団 イカの酢味噌がけ デザート		御飯 ★金目みりん漬け焼き 南瓜煮 オクラ和え みそ汁		★鮭カニちらし寿司 筑前煮 白和え すまし汁		御飯 味噌豚ロース焼肉 ごぼう炒り煮 キャベツの和え すまし汁		御飯 ◆茸のそぼろガリパタ炒め ちぎり揚げの炊き合わせ 揚げ茄子ポン酢 みそ汁		◆塩ラーメン ニラ玉子炒め ナムル デザート
	御飯 ◆鶏肉ねぎ塩炒め 里芋煮 小松菜胡麻和え みそ汁		御飯 ◆舌平目オニオンソース 大根トマト煮 ポテトサラダ スープ		御飯 ◆麻婆茄子 肉団子 中華奴 スープ		御飯 ◆牛肉と白菜の旨煮 さつま揚げの炒め物 ほうれん草の塩麴和え みそ汁		御飯 ◆ハンバーグラタトゥイユソース ウイナーアスパラソテー エビアボガドサラダ スープ		御飯 鶏肉照り焼き ブロッコリーのカニあん レタスサラダ みそ汁		きのこ炊き込み御飯 黒むつ西京漬け 牛肉じゃが 白菜の塩昆布和え すまし汁
和洋	エネルギー 1653 kcal 脂質 43.8 g たんぱく質 51.4 g 塩分 8.4 g エネルギー 1559 kcal 脂質 45.3 g たんぱく質 50.4 g 塩分 8.9 g	和洋	エネルギー 1550 kcal 脂質 42.0 g たんぱく質 65.1 g 塩分 8.9 g エネルギー 1558 kcal 脂質 56.4 g たんぱく質 61.6 g 塩分 8.3 g		エネルギー 1755 kcal 脂質 54.5 g たんぱく質 66.2 g 塩分 9.4 g エネルギー 1716 kcal 脂質 58.1 g たんぱく質 66.8 g 塩分 9.9 g	和洋	エネルギー 1584 kcal 脂質 45.4 g たんぱく質 47.2 g 塩分 9.4 g エネルギー 1701 kcal 脂質 51.4 g たんぱく質 49.2 g 塩分 8.6 g		エネルギー 1656 kcal 脂質 50.2 g たんぱく質 63.3 g 塩分 9.7 g エネルギー 1634 kcal 脂質 61.1 g たんぱく質 63.9 g 塩分 10.2 g	和洋	たんぱく質 47.8 g 塩分 10.2 g エネルギー 1369 kcal 脂質 60.1 g たんぱく質 45.1 g 塩分 10.1 g		エネルギー 1604 kcal 脂質 58.5 g たんぱく質 55.5 g 塩分 8.1 g エネルギー 1641 kcal 脂質 70.9 g たんぱく質 55.4 g 塩分 9.6 g