

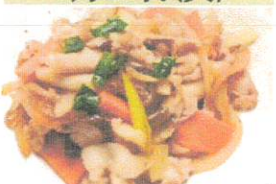
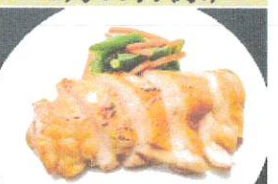
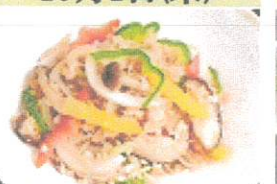
Weekly Menu

2026年

9月27日～10月3日

事業所名

写真は◆印のお料理のイメージです。

9月27日(日)		9月28日(月)		9月29日(火)		9月30日(水)		10月1日(木)		10月2日(金)		10月3日(土)	
													
御飯 厚焼き玉子 切干大根 ふりかけ みそ汁		御飯 いわしバーグ 菜の花お浸し みそ汁		御飯 シーフードステーキ 納豆 ふりかけ みそ汁		御飯 かに玉 チンゲン菜旨塩和え みそ汁		御飯 タラ煮付け 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 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	
パン 厚焼き玉子 切干大根 ジャム、マーガ 牛乳		パン いわしバーグ 菜の花お浸し ジャム、マーガ 牛乳		パン シーフードステーキ 白菜とハムのクリーム煮 ジャム、マーガ 牛乳		パン かに玉 チンゲン菜旨塩和え ジャム、マーガ 牛乳		パン 豚肉とキャベツの旨煮 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 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	
朝食洋												朝食	
御飯 ◆メンチカツ ごぼう炒り煮 白菜の胡麻和え みそ汁		とろろうどん 竹輪磯辺揚げ なめ茸おろし デザート		御飯 ★カレイ照り焼き 冬瓜煮 カニカマの酢の物 みそ汁		サンドイッチ さつま芋レモン煮 サーモンアボカドサラダ スープ		シーフードピラフ 南瓜コロッケ サラダ スープ		◆醤油ラーメン シューマイ キムチ和え デザート		御飯 ◆豚肉と茄子の味噌炒め がんもの煮物 レタスの中華風サラダ すまし汁	
昼食												昼食	
御飯 鶏肉の生姜炒め 厚揚げの煮物 もやしの辛子とえ みそ汁		御飯 ◆牛肉ブルコギ 炒り豆腐 ナムル スープ		御飯 ◆豚肉と茸のガリパタ炒め 南瓜煮 ブロッコリーのおかがかけ みそ汁		御飯 ◆鶏肉おろしソース 三角稲荷煮物 ほうれん草おかがかけ みそ汁		御飯 ◆茸そぼろ炒め 大根と油揚げの金平 もずく酢 みそ汁		栗御飯 黒むつ西京漬け 鶏肉里芋煮 小松菜のお浸し すまし汁		御飯 ハンバーグ粒マスタードソース ハム野菜ソテー デザート スープ	
夕食												夕食	
エネルギー 1712 kcal 脂質 48.4 g たんぱく質 57.7 g 塩分 8.1 g エネルギー 1699 kcal 脂質 58.6 g たんぱく質 58.2 g 塩分 8.7 g		エネルギー 1522 kcal 脂質 39.3 g たんぱく質 55.6 g 塩分 8.3 g エネルギー 1434 kcal 脂質 41.5 g たんぱく質 55.1 g 塩分 8.6 g		エネルギー 1791 kcal 脂質 53.8 g たんぱく質 75.3 g 塩分 8.9 g エネルギー 1617 kcal 脂質 53.4 g たんぱく質 67.6 g 塩分 9.0 g		エネルギー 1649 kcal 脂質 47.8 g たんぱく質 65.7 g 塩分 9.2 g エネルギー 1595 kcal 脂質 52.1 g たんぱく質 66.4 g 塩分 9.6 g		エネルギー 1631 kcal 脂質 44.4 g たんぱく質 55.7 g 塩分 8.0 g エネルギー 1644 kcal 脂質 46.8 g たんぱく質 56.5 g 塩分 8.2 g		エネルギー 1473 kcal 脂質 36.5 g たんぱく質 58.2 g 塩分 8.5 g エネルギー 1501 kcal 脂質 51.0 g たんぱく質 56.4 g 塩分 9.0 g		エネルギー 1654 kcal 脂質 43.5 g たんぱく質 55.0 g 塩分 9.9 g エネルギー 1513 kcal 脂質 43.6 g たんぱく質 52.7 g 塩分 9.6 g	
和洋												和洋	