

〇〇 献立表 〇〇 [常食]

区分	令和 8年 2月16日(月)	令和 8年 2月17日(火)	令和 8年 2月18日(水)	令和 8年 2月19日(木)	令和 8年 2月20日(金)	令和 8年 2月21日(土)	令和 8年 2月22日(日)
朝食	ふかし芋 味噌汁 カツオ味噌 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリきんとき 牛乳	ご飯 味噌汁 大豆とひじきの炒煮 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフト昆布佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 味の花 牛乳	ご飯 味噌汁 なまり節の佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリきんとき 牛乳
朝間食	生姜湯						
昼食	ご飯 鮭の塩焼き 大根おろし 野菜ポタージュ 南瓜の甘煮 フルーツ（もも缶）	ご飯 魚の煮付 味噌汁 きゅうりとワカメの酢 の物 フルーツ（リンゴ）	ご飯 魚のムニエル 野菜ソテー 白菜のミルク煮 白和え	ご飯 筑前煮 もずくスープ ハムの酢の物 黒糖ヨーグルト	ご飯 魚の照り焼き 大根おろし 味噌汁 ねばねば和え ミロゼリー	ゆかりご飯 魚の味噌焼き おろし和え コーンスープ 煮付	ご飯 中華風ステーキ 小松菜ソテー ポテトスープ 豆腐サラダ
昼間食	ラクーナ白ぶどうジュ ース	ラクーナ桃ジュース	人参ゼリー	ラクーナりんごジュ ース	ラクーナ白ぶどうジュ ース	元気プリン	黒糖ミルクゼリー
夕食	ご飯 鶏肉と豆腐の風味煮 豆乳 なます ベジ&フルーツゼリー	いもご飯 茹豚の胡麻味噌かけ ポイルキャベツ 豆乳 ソーメンサラダ トマトゼリー	ご飯 田舎揚げ もみじおろし 豆乳 ピーマンのささめ和え フルーツ（キウイ）	ご飯 揚げだし豆腐 豆乳 カリフラワーサラダ 水羊羹	ご飯 焼きそば 豆乳 ほうれん草ナムル フルーツ（パイン缶）	ご飯 鶏肉の揚げ煮 ポイルキャベツ 豆乳 いかの酢の物 甘夏みかん缶	ご飯 昆布巻き 豆乳 もずくの酢の物 フルーツ（バナナ）
摂取量	エネルギー :1419 kcal 蛋白質 : 52.1 g 脂質 : 35.3 g 炭水化物 : 229.8 g 塩分 : 6.9 g	エネルギー :1458 kcal 蛋白質 : 58.2 g 脂質 : 37.0 g 炭水化物 : 222.8 g 塩分 : 7.3 g	エネルギー :1318 kcal 蛋白質 : 50.0 g 脂質 : 35.9 g 炭水化物 : 190.9 g 塩分 : 8.3 g	エネルギー :1400 kcal 蛋白質 : 50.5 g 脂質 : 33.6 g 炭水化物 : 222.1 g 塩分 : 6.5 g	エネルギー :1410 kcal 蛋白質 : 63.8 g 脂質 : 31.7 g 炭水化物 : 207.1 g 塩分 : 7.6 g	エネルギー :1416 kcal 蛋白質 : 60.2 g 脂質 : 35.0 g 炭水化物 : 209.5 g 塩分 : 7.6 g	エネルギー :1428 kcal 蛋白質 : 53.6 g 脂質 : 36.1 g 炭水化物 : 215.1 g 塩分 : 5.9 g

〇〇 献立表 〇〇 [常食]

区分	令和 8年 2月23日(月)	令和 8年 2月24日(火)	令和 8年 2月25日(水)	令和 8年 2月26日(木)	令和 8年 2月27日(金)	令和 8年 2月28日(土)	令和 8年 3月 1日(日)
朝食	ふかし芋 味噌汁 カツオ味噌 牛乳	ご飯 味噌汁 やわらか干し大根 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフト昆布佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 味の花 牛乳	ご飯 味噌汁 やわらかきんぴらごぼ う 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリ白いんげん 牛乳	ご飯 味噌汁 大豆と昆布の煮物 牛乳
朝間食	生姜湯						
昼食	赤飯 煮しめ ソーメン卵汁 ちくわの酢の物	ご飯 鶏の照り焼き キャベツのソテー さつまいものスイート スープ 梅かつお和え イチゴヨーグルト	ご飯 魚のムニエル 小松菜のお浸し もずく汁 春雨の酢の物	ご飯 魚の味噌焼き 大根おろし かぼちゃのスープ ほうれん草の卵とじ フルーツ (みかん缶)	ご飯 イカ大根 なまり節の味噌汁 ハムの酢の物 フルーツヨーグルト	ご飯 チキンカレー ワカメスープ ほうれん草サラダ 福神漬	ご飯 肉じゃが 味噌汁 いかの酢の物 フルーツ (バナナ)
昼間食	ラクーナ白ぶどうジュ ース	ラクーナりんごジュ ース	さつまいもプリン	ラクーナ白ぶどうジュ ース	ラクーナ桃ジュース	ビタミンゼリー	甘酒プリン
夕食	ご飯 魚の茶香焼き 大根おろし 豆乳 マカロニサラダ フルーツ (キウイ)	ご飯 スコッチエッグ ほうれん草のお浸し 豆乳 ひじきの酢の物 フルーツ (パイン缶)	ご飯 ロールキャベツ 豆乳 ポテトサラダ フルーツ (もも缶)	ご飯 コロツケ ポイルキャベツ 豆乳 カリフラワーの胡麻和 え ベジ&フルーツゼリー	ご飯 茹豚の胡麻味噌かけ ピーマンのソテー 豆乳 ソーメンサラダ ババロア	ご飯 魚の照焼き 大根おろし 豆乳 南瓜のそぼろ煮 黄桃缶	ご飯 魚の磯辺揚げ ほうれん草のお浸し 豆乳 お芋サラダ
摂取量	1食分 : 1403 kcal 蛋白質 : 60.8 g 脂 質 : 37.0 g 炭水化物 : 210.8 g 塩 分 : 7.9 g	1食分 : 1420 kcal 蛋白質 : 62.0 g 脂 質 : 35.4 g 炭水化物 : 210.4 g 塩 分 : 7.0 g	1食分 : 1457 kcal 蛋白質 : 53.5 g 脂 質 : 36.5 g 炭水化物 : 223.6 g 塩 分 : 7.0 g	1食分 : 1425 kcal 蛋白質 : 60.4 g 脂 質 : 36.4 g 炭水化物 : 195.5 g 塩 分 : 6.6 g	1食分 : 1420 kcal 蛋白質 : 54.8 g 脂 質 : 34.5 g 炭水化物 : 209.1 g 塩 分 : 6.7 g	1食分 : 1407 kcal 蛋白質 : 52.1 g 脂 質 : 35.1 g 炭水化物 : 224.8 g 塩 分 : 7.6 g	1食分 : 1441 kcal 蛋白質 : 52.8 g 脂 質 : 33.7 g 炭水化物 : 237.9 g 塩 分 : 7.9 g