

〇〇 献立表 〇〇 [常 食]

区分	令和 8年 8月 3日(月)	令和 8年 8月 4日(火)	令和 8年 8月 5日(水)	令和 8年 8月 6日(木)	令和 8年 8月 7日(金)	令和 8年 8月 8日(土)	令和 8年 8月 9日(日)
朝食	おじや 味噌汁 牛乳	おじや 味噌汁 牛乳	おじや 味噌汁 牛乳	おじや 味噌汁 牛乳	おじや 味噌汁 牛乳	おじや 味噌汁 牛乳	おじや 味噌汁 牛乳
朝間食	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯
昼食	ご飯 魚のカレー風味煮物 コーンスープ いかの酢の物 フルーツ（パイン缶）	ご飯 磯辺焼き ほうれん草のお浸し もずく汁 ささみときゅうりの酢 の物 フルーツ（もも缶）	ちらし寿司 鶏の照り焼き ポイルキャベツ ワカメと豆腐の清汁 ソーメンサラダ フルーツポンチ	ご飯 肉の漬け焼き ほうれん草のお浸し 人参ポタージュ カレー味サラダ トマトゼリー	ご飯 魚のムニエル キャベツのソテー ポトフ なます ミルクくず餅	ご飯 鶏肉と豆腐の風味煮 野菜ポタージュ 梅かつお和え	ご飯 鶏肉の生姜焼き ピーマンのソテー 味噌汁 小松菜サラダ
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	黒糖ミルクゼリー	ラクーナ桃ジュース	ラクーナ白ぶどうジュース	水羊羹	トマトゼリー
夕食	ご飯 オムレツ 小松菜ソテー 豆乳 ニガウリのおかか和え ブルーベリーヨーグルト	ご飯 鶏肉の揚げ煮 ポイルキャベツ 豆乳 ピーマンとなすの胡麻 和え 元気プリン	ご飯 昆布巻き 豆乳 カリフラワーの胡麻和え	ご飯 揚げだし豆腐 豆乳 ちくわの酢の物 フルーツ（リンゴ）	ご飯 焼きビーフン 豆乳 マカロニサラダ フルーツ（バナナ）	ご飯 スコッチエッグ ほうれん草のお浸し 豆乳 南瓜のそぼろ煮 フルーツ（みかん缶）	ご飯 魚の煮付 豆乳 里芋の田楽 フルーツ（パイン缶）
摂取量	エネルギー :1407 kcal 蛋白質 : 60.4 g 脂 質 : 36.1 g 炭水化物 : 208.4 g 塩 分 : 5.8 g	エネルギー :1436 kcal 蛋白質 : 63.2 g 脂 質 : 38.0 g 炭水化物 : 206.8 g 塩 分 : 6.5 g	エネルギー :1455 kcal 蛋白質 : 63.5 g 脂 質 : 40.4 g 炭水化物 : 207.1 g 塩 分 : 6.8 g	エネルギー :1492 kcal 蛋白質 : 58.6 g 脂 質 : 48.7 g 炭水化物 : 209.5 g 塩 分 : 5.1 g	エネルギー :1447 kcal 蛋白質 : 57.3 g 脂 質 : 41.7 g 炭水化物 : 209.3 g 塩 分 : 5.4 g	エネルギー :1451 kcal 蛋白質 : 58.3 g 脂 質 : 39.3 g 炭水化物 : 215.8 g 塩 分 : 6.1 g	エネルギー :1411 kcal 蛋白質 : 53.9 g 脂 質 : 36.9 g 炭水化物 : 208.9 g 塩 分 : 6.9 g

〇〇 献立表 〇〇 [常 食]

区分	令和 8年 8月10日(月)	令和 8年 8月11日(火)	令和 8年 8月12日(水)	令和 8年 8月13日(木)	令和 8年 8月14日(金)	令和 8年 8月15日(土)	令和 8年 8月16日(日)
朝食	おじや 味噌汁 牛乳	おじや 味噌汁 牛乳	おじや 味噌汁 牛乳	おじや 味噌汁 牛乳	おじや 味噌汁 牛乳	おじや 味噌汁 牛乳	おじや 味噌汁 牛乳
朝間食	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯
昼食	ご飯 魚の茶香焼き もみじおろし コンソメスープ 豆腐サラダ 人参ゼリー	ご飯 肉の漬け焼き ピーマンのソテー コーンスープ ニガウリのささめ和え 抹茶ババロア	ご飯 魚の塩焼き (さけ) 大根おろし 人参ポタージュ ほうれん草サラダ	ご飯 魚のごま照り焼き 大根おろし 呉汁 焼きなす 迎え団子	ぼたもち 魚の味噌焼き ほうれん草のお浸し 青海苔と豆腐のすまし 汁 ところてん フルーツ (みかん缶)	赤飯 ソーメン 煮しめ 紅白なます ミロゼリー	ご飯 ガーリック焼き 小松菜のお浸し さつまいものスイート スープ ピーマンとなすの胡麻 和え
昼間食	ラクーナりんごジュース	ラクーナ桃ジュース	南瓜プリン	バナナプリン	ラクーナ白ぶどうジュース	ラクーナりんごジュース	みかんゼリー
夕食	ご飯 ロールキャベツ 豆乳 ハムの酢の物 黄桃缶	ご飯 ガネ ほうれん草のお浸し 豆乳 ポテトサラダ フルーツ (バナナ)	ご飯 野菜炒め 豆乳 山芋の酢の物 フルーツ (リンゴ)	ご飯 中華風ステーキ ポイルキャベツ 豆乳 オクラのおかか和え	ご飯 和風ハンバーグ 豆乳 マカロニサラダ 黒糖ヨーグルト	ご飯 オムレツ ポイルキャベツ 豆乳 ねばねば和え フルーツ (パイナップル)	ご飯 魚の天ぷら もみじおろし 豆乳 いかの酢の物 甘夏みかん缶
摂取量	1人1日 : 1415 kcal 蛋白質 : 62.1 g 脂 質 : 36.9 g 炭水化物 : 200.9 g 塩 分 : 7.8 g	1人1日 : 1419 kcal 蛋白質 : 48.9 g 脂 質 : 43.1 g 炭水化物 : 191.0 g 塩 分 : 5.4 g	1人1日 : 1425 kcal 蛋白質 : 53.7 g 脂 質 : 48.5 g 炭水化物 : 192.0 g 塩 分 : 5.3 g	1人1日 : 1414 kcal 蛋白質 : 60.9 g 脂 質 : 37.3 g 炭水化物 : 198.6 g 塩 分 : 7.1 g	1人1日 : 1445 kcal 蛋白質 : 63.7 g 脂 質 : 38.0 g 炭水化物 : 212.6 g 塩 分 : 6.4 g	1人1日 : 1437 kcal 蛋白質 : 64.9 g 脂 質 : 32.8 g 炭水化物 : 217.0 g 塩 分 : 7.7 g	1人1日 : 1448 kcal 蛋白質 : 56.1 g 脂 質 : 44.1 g 炭水化物 : 199.6 g 塩 分 : 4.8 g