

予定献立一覧表

1
令和8年3月8日～令和8年3月14日

【常食(A)】

		3月8日(日)		3月9日(月)		3月10日(火)		3月11日(水)		3月12日(木)		3月13日(金)		3月14日(土)	
朝	ごはん 味噌汁 豆乳がんと含煮 ゆかり和え ふりかけ 牛乳		ごはん 味噌汁 スクランブルエッグ ブロッコリーツナ和え 芽株佃煮 牛乳		ごはん 味噌汁 里芋煮物 一口さつま揚げ 金山寺みそ 牛乳		ごはん 味噌汁 鮭塩焼 おかか和え 味噌汁のりつく 牛乳		ごはん 味噌汁 大豆煮 ゆかり和え のりつく 牛乳		ごはん 味噌汁 だしまき卵 ごま酢 梅びしお 牛乳		ごはん 味噌汁 ミートボール とろろ 鯉削りみそ 牛乳		
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	
昼	三色丼 三色ごま酢 煮浸し 果物	ごはん 鶏肉の卵とじ 三色ごま酢 煮浸し 果物	ごはん 鮭のムニエル 炒り豆腐 キャベツサラダ おろしりんご	ごはん ハンバーグ 炒り豆腐 キャベツサラダ おろしりんご	ごはん ふくさ焼卵 レンコンきんぴら 酢物 ぶどうゼリー	ごはん 手作りつくね焼 レンコンきんぴら 酢物 ぶどうゼリー	ごはん 煮豚 ビーンズサラダ お浸し デザート	ごはん スパイシーカ レー ビーンズサラダ お浸し デザート	パン オムレツ 大根サラダ 果物	ごはん ポークチャップ 大根サラダ 果物	ごはん 魚の味噌焼き 白あえ かき玉汁	おにぎり ぶっかけうどん 豆腐卵あんかけ お浸し	ごはん 鮭チャンちゃん 焼 酢物 フルーチェ	ごはん 焼き餃子 酢物 フルーチェ	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	
夕	ごはん 豚みそ炒め 酢物 そば米汁	ごはん 赤魚照り煮 酢物 そば米汁	散らし寿司 温野菜 汁物 菓子	ごはん 若鳥くわやき ごま酢あえ 汁物 菓子	ごはん クリームシチュー 煮しめ 大根サラダ	ごはん 煮付け 三色ごま酢 清汁	ごはん 煮付け 酢物 汁物	ごはん 麻婆豆腐 酢物 汁物	ごはん ぶり焼魚 キノコきんぴら とろろオクラ	おにぎり お好み焼き キノコきんぴら とろろオクラ	ごはん 酢豚 辛子醤油あえ 果物	ごはん 豚肉生姜焼き 辛子醤油あえ 果物	ごはん 若鳥空揚げ 春雨酢物 清汁	ごはん えびホイル焼 春雨酢物 清汁	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	
1 日 合 計	kcal	1777	kcal	1865	kcal	1860	kcal	1795	kcal	1705	kcal	1850	kcal	1862	kcal
	蛋白質	72.3	g	蛋白質	65.7	g	蛋白質	69.8	g	蛋白質	62.7	g	蛋白質	64.2	g
	脂質	49.6	g	脂質	46.3	g	脂質	43.5	g	脂質	62.3	g	脂質	54.4	g
	食塩相当	6.6	g	食塩相当	7.6	g	食塩相当	6.9	g	食塩相当	6.8	g	食塩相当	7.2	g

- 1) 選択食の対象は、常食をお召し上がりの方のみとなります。また、アレルギーなどによる禁止対応をしている方は対象外となります。
- 2) 毎週木曜日の昼食に申し込み用紙を食事とともに配膳致します。配布日(木曜日)中にナースステーション前の回収箱へ提出してください。後に控えをお渡します。
- 3) B食(選択食)を選ばれますと、選択メニュー料金1食あたり50円をいただきます。(労災・交通事故での入院の場合も含む)
- 4) 用紙に○印のない場合や用紙を提出されなかった場合はA食とさせていただきます。また、すべてA食を選ばれた場合は控えとしてお持ちください。
- 5) 天候などの理由により材料または献立の一部を変更することがあります。

予 定 献 立 一 覧 表

2
令和 8年 3月15日 ~ 令和 8年 3月21日

【 常食(A) 】

		3月15日(日)		3月16日(月)		3月17日(火)		3月18日(水)		3月19日(木)		3月20日(金)		3月21日(土)							
朝	ごはん 味噌汁 スクランブルエッグ ブロッコリーツナ和え 芽株佃煮 牛乳		ごはん 味噌汁 大豆煮 ごま酢 ふりかけ 牛乳		ごはん 味噌汁 ミートボール ピーナッツ和え 味付けのり 牛乳		ごはん 味噌汁 鮭 塩焼 ゆかり和え タイみそ 牛乳		ごはん 味噌汁 だしまき卵 ごま酢 のりつく 牛乳		ごはん 味噌汁 豆乳がんと含煮 ゆかり和え 鰹削りみそ 牛乳		ごはん 味噌汁 南京煮物 豆腐しゅうまい 金山寺みそ 牛乳								
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B							
昼	ごはん マカロニグラタン 旨煮 グリーンサラダ おろしりんご		ごはん つくね焼き 旨煮 グリーンサラダ おろしりんご		ごはん 若鳥照り焼き お浸し 酢味噌かけ		パン ナゲット・磯辺揚げ カレーポトフ 人参サラダ 野菜ジュース		ごはん 魚フライ 人参サラダ カレーポトフ フルーチェ		長崎皿うどん 豆腐しゅうまい くらげの酢物 フルーチェ		ごはん ぶり幽庵焼き みそ炒め 酢物		ごはん えびホイル焼 みそ炒め 酢物						
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B							
夕	ごはん 赤魚照り焼き 炒め煮 なます		親子丼 炒め煮 なます 清汁		ごはん 鮭の香草焼 白菜サラダ 野菜汁 カットゼリー		ごはん えび・いかフライ 白菜サラダ 野菜汁 カットゼリー		ごはん 筑前煮 ごまだれあえ 果物		ごはん 豚肉生姜焼き ごまだれあえ 果物		ごはん ふくさ焼卵 みそ田楽 梅酢かけ		ごはん 手作りつくね焼 みそ田楽 梅酢かけ						
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B							
1 日 合 計	kcal	1805	kcal	kcal	1822	kcal	kcal	1723	kcal	kcal	1853	kcal	kcal	1863	kcal	kcal	1865	kcal	kcal	1893	kcal
	蛋白質	62.6	g	蛋白質	78.9	g	蛋白質	51.5	g	蛋白質	71.2	g	蛋白質	64.4	g	蛋白質	71	g	蛋白質	73.4	g
脂質	46.7	g	脂質	46	g	脂質	57.6	g	脂質	51.9	g	脂質	50.1	g	脂質	50.2	g	脂質	49.6	g	
食塩相当	5.7	g	食塩相当	6.4	g	食塩相当	6.9	g	食塩相当	6.6	g	食塩相当	6.9	g	食塩相当	6.6	g	食塩相当	6.7	g	

- 1) 選択食の対象は、常食をお召し上がりの方のみとなります。また、アレルギーなどによる禁止対応をしている方は対象外となります。
- 2) 毎週木曜日の昼食に申し込み用紙を食事とともに配膳致します。配布日(木曜日)中にナースステーション前の回収箱へ提出してください。後に控えをお渡します。
- 3) B食(選択食)を選ばれますと、選択メニュー料金1食あたり50円をいただきます。(労災・交通事故での入院の場合も含む)
- 4) 用紙に○印のない場合や用紙を提出されなかった場合はA食とさせていただきます。また、すべてA食を選ばれた場合は控えとしてお持ちください。
- 5) 天候などの理由により材料または献立の一部を変更することがあります。

予定献立一覧表

3
令和8年3月22日 ~ 令和8年3月28日

【常食(A)】

		3月22日(日)		3月23日(月)		3月24日(火)		3月25日(水)		3月26日(木)		3月27日(金)		3月28日(土)	
朝	ごはん 味噌汁 ピーナッツ和え ふんわり天 味付けのり 牛乳		ごはん 味噌汁 スクランブルエッグ ブロッコリーツナ和え ふりかけ 牛乳		ごはん 味噌汁 豆乳がんも含煮 ごま酢 芽株佃煮 牛乳		ごはん 味噌汁 鮭塩焼 お浸し 金山寺みそ 牛乳		ごはん 味噌汁 ナゲット・磯辺揚げ ごま酢 梅びしお 牛乳		ごはん 味噌汁 南京煮物 ミートボール 鯉削りみそ 牛乳		ごはん 味噌汁 大豆煮 とろろ のりつく 牛乳		
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	
昼	ごはん 牛肉の炊き合せ 梅肉かけ 果物	ごはん ポークチャップ 梅肉かけ 果物	ごはん 若鶏みぞれかけ ピーマンソテー ゆかり和え 果物	ごはん さばフライ ピーマンソテー ゆかり和え 果物	ごはん 焼肉 大根サラダ お浸し	ごはん 柔らかロール白 菜 大根サラダ お浸し	パン ポテトサラダ かき玉スープ 野菜ジュース	ごはん ハンバーグ ポテトサラダ かき玉スープ 野菜ジュース	おにぎり かけうどん 肉じゃが きのご青じそ和 え カットゼリー	ごはん なす中華炒め 肉じゃが きのご青じそ和 え カットゼリー	炊込みご飯 茄子揚げ浸し 酢物 果物	ごはん 炒り鳥 茄子揚げ浸し 酢物 果物	ごはん 中華五目煮 きのごみぞれ和 え フルーチェ	ごはん 筑前煮 きのごみぞれ和 え フルーチェ	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	
夕	ごはん 鮭フライ パンバンジーサ ラダ 汁物	ごはん 焼き餃子 パンバンジーサ ラダ 汁物	ごはん カレー 切り干し大根煮 物 白菜サラダ	ごはん 煮付け ごま浸し 汁物	散らし寿司 温野菜 汁物 和菓子	ごはん 煮付け 酢物 汁物 和菓子	ごはん 魚きのご飯かけ 白酢あえ 煮浸し	ごはん かつ卵とじ 白酢あえ 煮浸し	ごはん 豚みそ炒め 春雨酢物 磯辺和え	ごはん えび・いかフライ 春雨酢物 磯辺和え	ごはん さば竜田揚げ 生姜酢 茶碗むし	ごはん とり肉の香草焼 生姜酢 茶碗むし	ごはん 白身フライ グリーンサラダ 汁物	ごはん 焼肉 グリーンサラダ 汁物	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	
1 日 合 計	kcal	1873	kcal	1966	kcal	1807	kcal	1648	kcal	1721	kcal	1785	kcal	1925	kcal
	蛋白質	66.3	g	蛋白質	69.4	g	蛋白質	61.4	g	蛋白質	58.4	g	蛋白質	62.6	g
	脂質	50.7	g	脂質	56	g	脂質	48.1	g	脂質	45.1	g	脂質	49	g
	食塩相当	6.8	g	食塩相当	7.4	g	食塩相当	7	g	食塩相当	6.7	g	食塩相当	6.8	g

- 1) 選択食の対象は、常食をお召し上がりの方のみとなります。また、アレルギーなどによる禁止対応をしている方は対象外となります。
- 2) 毎週木曜日の昼食に申し込み用紙を食事とともに配膳致します。配布日(木曜日)中にナースステーション前の回収箱へ提出してください。後に控えをお渡します。
- 3) B食(選択食)を選ばれますと、選択メニュー料金1食あたり50円をいただきます。(労災・交通事故での入院の場合も含む)
- 4) 用紙に○印のない場合や用紙を提出されなかった場合はA食とさせていただきます。また、すべてA食を選ばれた場合は控えとしてお持ちください。
- 5) 天候などの理由により材料または献立の一部を変更することがあります。

予定献立一覧表

4

令和8年3月29日 ~ 令和8年4月4日

【常食(A)】

		3月29日(日)		3月30日(月)		3月31日(火)		4月1日(水)		4月2日(木)		4月3日(金)		4月4日(土)	
朝	ごはん 味噌汁 スクランブルエッグ ブロッコリーツナ和え ふりかけ 牛乳		ごはん 味噌汁 鮭塩焼 お浸し 芽株佃煮 牛乳		ごはん 味噌汁 だしまき卵 もろきゅう 梅びしお 牛乳		ごはん 味噌汁 里芋煮物 一口さつま揚げ タイみそ 牛乳		ごはん 味噌汁 ふんわり天 ゆかり和え のりつく 牛乳		ごはん 味噌汁 豆乳がんと含煮 ごま酢 鯉削りみそ 牛乳		ごはん 味噌汁 大豆煮 とろろ 味付けのり 牛乳		
	昼	A ごはん 豚肉生姜焼き 春雨酢物 果物	B ごはん ささみホイル焼き 春雨酢物 果物	A ごはん 肉じゃが わかめ酢物 ピーナッツ和え	B ごはん 焼肉 わかめ酢物 ピーナッツ和え	A パン ラタトゥーユ ツナサラダ 果物	B ごはん ハンバーグ ツナサラダ 果物	A おにぎり ぶっかけうどん 鶏肉の卵とじ 三色ごま酢 フルーチェ	B ミートスパゲティ 鶏肉の卵とじ サラダ フルーチェ	A ごはん かつ卵とじ 酢物 煮浸し おろしパイン	B ごはん 煮豚 酢物 煮浸し おろしパイン	A ごはん さば味噌煮 酢物 きのご磯辺和え	B ごはん 焼肉 酢物 きのご磯辺和え	A ごはん 赤魚照り焼き 炒り豆腐 なます 果物	B おにぎり お好み焼き 炒り豆腐 なます 果物
夕	A ごはん マカロニグラタン ひじき煮物 大根サラダ	B ごはん スパイシーカレー ひじき煮物 大根サラダ	A ごはん 魚の南蛮漬け ぎせい豆腐 ぶどうゼリー	B ごはん 冷やし鳥 ぎせい豆腐 ぶどうゼリー	A ごはん えび天ぷら盛り 合せ ごま酢あえ 汁物	B ごはん さば照り焼き ごま酢あえ 汁物	A ごはん ミートローフ トマトサラダ お浸し 菓子	B ごはん 吹き寄せひろ す トマトサラダ お浸し 菓子	A ごはん 煮付け かにかまサラダ 柚香和え	B ごはん 豆腐卵あんかけ かにかまサラダ 柚香和え	A 海鮮寿司 ブロッコリー蟹あん かけ 汁物 果物	B ごはん すき焼 梅酢あえ 汁物 果物	A ごはん 炒り鳥 酢味噌かけ 清汁	B ごはん とり肉の香草焼 酢味噌かけ 清汁	
	1 日 合 計	kcal 1854 蛋白質 62.6 脂質 53.2 食塩相当 6	kcal g g g	kcal 1813 蛋白質 67.1 脂質 44.3 食塩相当 6.6	kcal g g g	kcal 1945 蛋白質 64.6 脂質 77.7 食塩相当 6.6	kcal g g g	kcal 1743 蛋白質 65.7 脂質 42.4 食塩相当 7	kcal g g g	kcal 1877 蛋白質 59.8 脂質 50.6 食塩相当 7.3	kcal g g g	kcal 1786 蛋白質 57.6 脂質 39.8 食塩相当 8.2	kcal g g g	kcal 1749 蛋白質 74.2 脂質 38.2 食塩相当 6.5	kcal g g g

- 1) 選択食の対象は、常食をお召し上がりの方のみとなります。また、アレルギーなどによる禁止対応をしている方は対象外となります。
- 2) 毎週木曜日の昼食に申し込み用紙を食事とともに配膳致します。配布日(木曜日)中にナースステーション前の回収箱へ提出してください。後に控えをお渡します。
- 3) B食(選択食)を選ばれますと、選択メニュー料金1食あたり50円をいただきます。(労災・交通事故での入院の場合も含む)
- 4) 用紙に○印のない場合や用紙を提出されなかった場合はA食とさせていただきます。また、すべてA食を選ばれた場合は控えとしてお持ちください。
- 5) 天候などの理由により材料または献立の一部を変更することがあります。

予定献立一覧表

5

令和8年4月5日 ~ 令和8年4月11日

【常食(A)】

		4月5日(日)		4月6日(月)		4月7日(火)		4月8日(水)		4月9日(木)		4月10日(金)		4月11日(土)													
朝	ごはん 味噌汁 黒ムツ西京焼 柚香和え 梅びしお 牛乳		ごはん 味噌汁 スクランブルエッグ ピーナッツ和え ふりかけ 牛乳		ごはん 味噌汁 豆乳がんも含煮 もろきゅう 芽株佃煮 牛乳		ごはん 味噌汁 豆腐しゅうまい おかか和え タイみそ 牛乳		ごはん 味噌汁 だしまき卵 ごま酢 鰹削りみそ 牛乳		ごはん 味噌汁 里芋煮物 ミートボール のりつく 牛乳		ごはん 味噌汁 大豆煮 とろろ 味付けのり 牛乳														
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B													
昼	ごはん 和風ハンバーグ お浸し 大根サラダ		ごはん 麻婆豆腐 お浸し 大根サラダ		鶏照焼き丼 白酢あえ 温野菜 果物		ごはん 鶏肉の卵とじ 白酢あえ 温野菜 果物		ごはん 焼肉 きのこマリネ 煮浸し 果物		ごはん なす中華炒め きのこマリネ 煮浸し 果物		ごはん 魚の甘酢あんか け 白あえ デザート		親子丼 白あえ 酢物 デザート												
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B													
夕	ごはん 煮付け パンバンジーサ ラダ 果物		ごはん 豆腐卵あんかけ パンバンジーサ ラダ 果物		ごはん えび・いかフライ 白菜サラダ 汁物		ごはん 鮭のムニエル 白菜サラダ 汁物		ごはん さわら幽庵焼き 煮しめ 春雨酢物		ごはん ポークチャップ 煮しめ 春雨酢物		ごはん カレー ひじき煮物 キャベツサラダ		ごはん 煮付け 三色ごま酢 汁物												
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B													
1 日 合 計	kcal	1746	kcal		kcal	1909	kcal		kcal	1807	kcal		kcal	1826	kcal		kcal	1706	kcal		kcal	1836	kcal				
	蛋白質	59.9	g		蛋白質	64.8	g		蛋白質	67.6	g		蛋白質	61.1	g		蛋白質	58.3	g		蛋白質	56.3	g		蛋白質	76.4	g
	脂質	41.6	g		脂質	53	g		脂質	50	g		脂質	48.8	g		脂質	55.3	g		脂質	55.3	g		脂質	47.4	g
	食塩相当	6.7	g		食塩相当	7.4	g		食塩相当	5.6	g		食塩相当	7.2	g		食塩相当	7.5	g		食塩相当	5.6	g		食塩相当	6.7	g

- 1) 選択食の対象は、常食をお召し上がりの方のみとなります。また、アレルギーなどによる禁止対応をしている方は対象外となります。
- 2) 毎週木曜日の昼食に申し込み用紙を食事とともに配膳致します。配布日(木曜日)中にナースステーション前の回収箱へ提出してください。後に控えをお渡します。
- 3) B食(選択食)を選ばれますと、選択メニュー料金1食あたり50円をいただきます。(労災・交通事故での入院の場合も含む)
- 4) 用紙に○印のない場合や用紙を提出されなかった場合はA食とさせていただきます。また、すべてA食を選ばれた場合は控えとしてお持ちください。
- 5) 天候などの理由により材料または献立の一部を変更することがあります。