

予定献立一覧表

1

令和 8年 6月21日 ~ 令和 8年 6月27日

【 常食(A) 】

		6月21日(日)		6月22日(月)		6月23日(火)		6月24日(水)		6月25日(木)		6月26日(金)		6月27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 黒ムツ西京焼 おかか和え 味付けのり 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 鰹削りみそ 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 鶏肉団子甘酢 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 鮭チャンチャン 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 かぼちゃグラタン 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 とうもろこし	ごはん 豚肉生姜焼き 辛子醤油あえ とうもろこし	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	1753	kcal	1864	kcal	1886	kcal	1824	kcal	1720	kcal	1868	kcal	1858	kcal
	蛋白質	68.4	g	65.6	g	57.6	g	68.9	g	62.8	g	65.5	g	71.1	g
	脂質	47.4	g	46.3	g	47.4	g	45.1	g	62.4	g	55.3	g	47.9	g
	食塩相当	6.3	g	7.6	g	6.8	g	6.7	g	6.1	g	7.2	g	6.5	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。申し込み用紙は同意書として保管させていただきます。
- 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100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) 用紙に〇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。また、主食によってメニューが変わる場合があります。

予定献立一覧表

2

令和 8年 6月28日 ~ 令和 8年 7月 4日

【 常食(A) 】

	6月28日(日)		6月29日(月)		6月30日(火)		7月 1日(水)		7月 2日(木)		7月 3日(金)		7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 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 豆乳がんも含煮 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	
昼	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
	ごはん マカロニグラタン 旨煮 レタスサラダ おろしりんご	ごはん つくね焼き 旨煮 レタスサラダ おろしりんご	ごはん 若鳥照り焼き お浸し 酢味噌かけ	ごはん 柔らかロール白 菜 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 野菜ジュース	ごはん 八宝菜 くらげの酢物 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	ごはん 鶏肉と野菜のトマ トソースかけ 大根サラダ とうもろこし	ごはん 白身魚のムニエ ル 大根サラダ とうもろこし	ごはん 魚の野菜あんか け けんちん煮 果物	ごはん ハンバーグ けんちん煮 果物
夕	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
	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	海鮮寿司 切り干し大根煮 物 汁物 果物	ごはん すき焼 酢物 汁物 果物	ごはん 煮付け 酢味噌かけ かき玉汁	ごはん スパイシーカ レー 煮付け 酢味噌かけ	ごはん ミートローフ 辛子醤油あえ きのこ汁	ごはん かつ卵とじ 辛子醤油あえ きのこ汁
1 日 合 計	kcal 1804 蛋白質 62.5 脂質 46.7 食塩相当 5.7	kcal g g g	kcal 1818 蛋白質 78.4 脂質 46.1 食塩相当 6.4	kcal g g g	kcal 1729 蛋白質 51.5 脂質 57.9 食塩相当 6.9	kcal g g g	kcal 1857 蛋白質 72.1 脂質 51.5 食塩相当 6.5	kcal g g g	kcal 1863 蛋白質 64.4 脂質 50.1 食塩相当 6.9	kcal g g g	kcal 1834 蛋白質 71.4 脂質 51 食塩相当 6.6	kcal g g g	kcal 1806 蛋白質 68.6 脂質 43.3 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。申し込み用紙は同意書として保管させていただきます。
- 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100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。また、主食によってメニューが変わる場合があります。

予定献立一覧表

3

令和 8年 7月 5日 ~ 令和 8年 7月 11日

【 常食(A) 】

	7月 5日(日)		7月 6日(月)		7月 7日(火)		7月 8日(水)		7月 9日(木)		7月 10日(金)		7月 11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 豆乳がんと含煮 ごま酢 芽株佃煮 牛乳		ごはん 味噌汁 黒ムツ西京焼 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 鰹削りみそ 牛乳		ごはん 味噌汁 大豆煮 とろろ のりつく 牛乳	
昼	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
	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 きのこ青じそ和 え カットゼリー	ごはん かれいの煮魚 肉じゃが きのこ青じそ和 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 きのこみぞれ和 え フルーチェ	ごはん 筑前煮 きのこみぞれ和 え フルーチェ
夕	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
	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 行事食菓子	ごはん 煮付け 酢物 汁物 行事食菓子	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
1 日 合 計	kcal 1876 蛋白質 66.2 脂質 50.7 食塩相当 6.8	kcal g g g	kcal 1965 蛋白質 69.3 脂質 56 食塩相当 7.4	kcal g g g	kcal 1822 蛋白質 62.2 脂質 48.2 食塩相当 7	kcal g g g	kcal 1679 蛋白質 60.5 脂質 51.9 食塩相当 6.7	kcal g g g	kcal 1722 蛋白質 59.3 脂質 47.1 食塩相当 7.4	kcal g g g	kcal 1800 蛋白質 62.8 脂質 49.1 食塩相当 6.8	kcal g g g	kcal 1934 蛋白質 72.1 脂質 57.2 食塩相当 7.5	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。申し込み用紙は同意書として保管させていただきます。
- 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100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。また、主食によってメニューが変わる場合があります。

予定献立一覧表

4

令和 8年 7月12日 ~ 令和 8年 7月18日

【常食(A)】

		7月12日(日)		7月13日(月)		7月14日(火)		7月15日(水)		7月16日(木)		7月17日(金)		7月18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 おかか和え 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 豆乳がんも含煮 ごま酢 鰹削りみそ 牛乳		ごはん 味噌汁 大豆煮 とろろ 味付けのり 牛乳	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	
昼		ごはん 豚肉生姜焼き 春雨酢物 果物	ごはん ささみホイル焼き 春雨酢物 果物	ごはん 肉じゃが わかめ酢物 ピーナッツ和え	ごはん 焼肉 わかめ酢物 ピーナッツ和え	パン ラトウユ ツナサラダ 果物	ごはん ハンバーグ ツナサラダ 果物	おにぎり ぶっかけうどん 鶏肉の卵とじ サラダ 三色ごま酢 フルーチェ	ミートスパゲティ 鶏肉の卵とじ サラダ フルーチェ	ごはん かつ卵とじ 酢物 煮浸し おろしパイン	ごはん 煮豚 酢物 煮浸し おろしパイン	ごはん さば味噌煮 酢物 きのご磯辺和え	ごはん 焼肉 酢物 きのご磯辺和え	ごはん 赤魚照り焼き 炒り豆腐 なます 果物	おにぎり お好み焼き 炒り豆腐 なます 果物
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	
夕		ごはん マカロニグラタン ひじき煮物 大根サラダ	ごはん スパイシーカレー ひじき煮物 大根サラダ	ごはん 魚の南蛮漬け ぎせい豆腐 ぶどうゼリー	ごはん 冷やし鳥 ぎせい豆腐 ぶどうゼリー	ごはん えび天ぶら盛り 合せ ごま酢あえ 汁物	ごはん さば照り焼き ごま酢あえ 汁物	ごはん 鶏肉団子甘酢 トマトサラダ お浸し 菓子	ごはん 焼き餃子 トマトサラダ お浸し 菓子	ごはん 煮付け かにかまサラダ 柚香和え	ごはん 豆腐卵あんかけ かにかまサラダ 柚香和え	海鮮寿司 ブロッコリー蟹あん かけ 汁物 果物	ごはん すき焼 梅酢あえ 汁物 果物	ごはん 炒り鳥 酢味噌かけ 清汁	ごはん とり肉の香草焼 酢味噌かけ 清汁
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	
1 日 合 計	kcal	1854	kcal	1813	kcal	1941	kcal	1847	kcal	1887	kcal	1785	kcal	1765	kcal
	蛋白質	62.6	g	67.1	g	64.8	g	63.8	g	59.8	g	57.8	g	74.4	g
	脂質	53.2	g	44.3	g	77.6	g	46.8	g	50.6	g	39.8	g	38.3	g
	食塩相当	6	g	6.6	g	6.6	g	7.5	g	7.3	g	8.2	g	6.5	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。申し込み用紙は同意書として保管させていただきます。
- 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**100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。また、主食によってメニューが変わる場合があります。

予定献立一覧表

5

令和 8年 7月19日 ~ 令和 8年 7月25日

【常食(A)】

	7月19日(日)		7月20日(月)		7月21日(火)		7月22日(水)		7月23日(木)		7月24日(金)		7月25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 豆乳がんと含煮 ゆかり和え 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	
昼	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
	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 つくね焼き 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	ごはん 鶏肉団子甘酢 白あえ デザート	おにぎり 冷そうめん 筑前煮 ゆかり和え フルーチェ	ごはん かれのい煮魚 筑前煮 ゆかり和え フルーチェ	パン スペイン風オム レツ コールスローサ ラダ 野菜ジュース	えびピラフ スペイン風オム レツ コールスローサ ラダ 野菜ジュース	ごはん すき焼 ビーフンソー 果物	ごはん 五目卵焼き すき焼 果物
夕	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
	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	ごはん さば照り焼き 切り干し大根煮 物 みぞれあえ	ごはん 焼き餃子 切り干し大根煮 物 みぞれあえ	ごはん チキンカツ マカロニサラダ 春雨スープ	ごはん えびホイル焼 マカロニサラダ 春雨スープ	ごはん かれのい空揚げ お浸し 豚汁	ごはん 吹き寄せひろう す お浸し 豚汁
1 日 合 計	kcal 1746 蛋白質 59.9 脂質 41.6 食塩相当 6.7	kcal g g g	kcal 1973 蛋白質 64.7 脂質 59.5 食塩相当 7.2	kcal g g g	kcal 1806 蛋白質 67.4 脂質 49.9 食塩相当 5.6	kcal g g g	kcal 1856 蛋白質 61 脂質 48.8 食塩相当 7.2	kcal g g g	kcal 1781 蛋白質 65.2 脂質 49.7 食塩相当 6.2	kcal g g g	kcal 1732 蛋白質 55 脂質 53 食塩相当 6.7	kcal g g g	kcal 1839 蛋白質 76.2 脂質 47.4 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。申し込み用紙は同意書として保管させていただきます。
- 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100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。また、主食によってメニューが変わる場合があります。