献　立　表

令和 8年10月 1日 (木)

常菜食

朝　予定人数 9人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	806.4	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.6	.

味噌汁(卵)

鶏卵 全卵 生	15	158.8	.
だいこん 根 皮むき 生	40	423.5	.
だいこん類 だいこん 葉 生	5	50	.
日 合わせ麦みそ	8	72	.
日 和Qだし	0.5	4.5	.

野菜大豆煮

日 野菜大豆煮	80	720	.

ツナ和え(青梗菜)

チンゲンサイ 葉 生	50	529.4	.
日 かつお水煮フレーク	10	90	.
日 まろやか醤油	3	27	.

牛乳

普通牛乳	200	1800	.

小計

kcal 598.0 kcal　食塩相当 2.4 g
蛋白質 22.4 g
脂質 13.0 g

昼　予定人数 9人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	806.4	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.6	.

鶏肉味噌マヨ焼き

若鶏肉 もも 皮つき 生 にわとり	90	810	.
だいず 焼き豆腐	30	270	.
ごま ねり	4	36	.
マヨネーズ 全卵型	12	108	.
日 合わせ麦みそ	10	90	.
車糖 上白糖	4	36	.
さやいんげん 若ざや 生	20	185.6	.
赤ピーマン 果実 生	10	100	.
食塩	0.1	0.9	.

里芋の煮付け

さといも 球茎 生	60	635.3	.
にんじん 根 冷凍	20	180	.
日 まろやか醤油	4	36	.
みりん 本みりん	2	18	.

わさび醤油あえ(小松菜)

こまつな 葉 生	60	635.3	.
ほたてがい 水煮	10	225	.
わさび 練り	0.2	1.8	.
日 まろやか醤油	1.5	13.5	.

パイン

パインアップル 生	80	1309	.

小計

kcal 762.0 kcal　食塩相当 2.2 g
蛋白質 29.9 g
脂質 27.8 g

夕　予定人数 9人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	806.4	.

軟菜食

朝　予定人数 29人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	8700	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	8.7	.

味噌汁(卵)

鶏卵 全卵 生	15	511.8	.
だいこん 根 皮むき 生	40	1365	.
だいこん類 だいこん 葉 生	5	161.1	.
日 合わせ麦みそ	8	232	.
日 和Qだし	0.5	14.5	.

野菜大豆煮

日 野菜大豆煮	80	2320	.

ツナ和え(青梗菜)

チンゲンサイ 葉 生	50	1706	.
日 かつお水煮フレーク	10	290	.
日 まろやか醤油	3	87	.

牛乳

普通牛乳	200	5800	.

小計

kcal 486.0 kcal　食塩相当 2.4 g
蛋白質 20.2 g
脂質 12.5 g

昼　予定人数 29人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	8700	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	8.7	.

鶏肉味噌マヨ焼き

若鶏肉 もも 皮なし 生 にわとり	60	1740	.
ごま ねり	2	58	.
マヨネーズ 全卵型	7	203	.
日 合わせ麦みそ	4	116	.
車糖 上白糖	2	58	.
さやいんげん 若ざや 生	20	597.9	.
赤ピーマン 果実 生	10	322.2	.
食塩	0.1	2.9	.

里芋の煮付け

さといも 球茎 生	60	2047	.
にんじん 根 冷凍	20	580	.
日 まろやか醤油	4	116	.
みりん 本みりん	2	58	.

ホタテ和え(小松菜)

こまつな 葉 生	50	1706	.
ほたてがい 水煮	10	725	.
日 まろやか醤油	1.5	43.5	.

ラ・フランスゼリー

ラ・フランスゼリー	50	1450	.

小計

kcal 451.0 kcal　食塩相当 1.4 g
蛋白質 20.2 g
脂質 10.4 g

夕　予定人数 30人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9000	.

五分菜食

朝　予定人数 52人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6240	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6760	.

味噌汁(卵)

鶏卵 全卵 生	15	917.7	.
だいこん 根 皮むき 生	40	2447	.
だいこん類 だいこん 葉 生	5	288.9	.
日 合わせ麦みそ	8	416	.
日 和Qだし	0.5	26	.

高野煮

だいず 凍り豆腐 乾	12	624	.
にんじん 根 冷凍	20	1040	.
さやいんげん 若ざや 生	5	268	.
車糖 上白糖	1	52	.
日 まろやか醤油	4	208	.

ツナ和え(青梗菜)

チンゲンサイ 葉 生	50	3059	.
日 かつお水煮フレーク	10	520	.
日 まろやか醤油	3	156	.

牛乳

普通牛乳	200	10400	.

小計

kcal 361.0 kcal　食塩相当 2.3 g
蛋白質 20.5 g
脂質 13.9 g

昼　予定人数 52人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6240	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6760	.

洋風卵炒め

鶏卵 全卵 生	40	2447	.
日 若鶏小間肉	40	2080	.
たまねぎ りん茎 生	15	829.8	みじん
さやいんげん 若ざや 生	10	536.1	.
食塩	0.2	10.4	.
日 風味豊かなコンソメ	1	52	.
日 バターフレーバーオイル	2	104	.

里芋の煮付け

さといも 球茎 生	60	3671	.
にんじん 根 冷凍	20	1040	.
日 まろやか醤油	4	208	.
みりん 本みりん	2	104	.

ホタテ和え(小松菜)

こまつな 葉 生	50	3059	.
ほたてがい 水煮	10	1300	.
日 まろやか醤油	1.5	78	.

ラ・フランスゼリー

ラ・フランスゼリー	50	2600	.

小計

kcal 368.0 kcal　食塩相当 1.4 g
蛋白質 17.8 g
脂質 12.3 g

夕　予定人数 52人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6240	.

献　立　表

令和 8年10月 1日 (木)

常菜食				軟菜食				五分菜食			
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.6	.	乳カル酵素ファイバー	0.3	9	.	こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6760	.
タラのクリーム煮				**タラのクリーム煮**				**タラのクリーム煮**			
すけとうだら 生	120	3086	.	すけとうだら 生	60	5143	.	すけとうだら 生	60	8914	.
白ワイン	1	9	.	白ワイン	1	30	.	白ワイン	1	52	.
はくさい 結球葉 生	40	383	.	はくさい 結球葉 生	40	1277	.	はくさい 結球葉 生	40	2213	.
たまねぎ りん茎 生	20	191.5	.	たまねぎ りん茎 生	20	638.3	.	たまねぎ りん茎 生	20	1106	.
ぶなしめじ 生	20	200	.	ブロッコリー 花序 生	15	900	.	ブロッコリー 花序 生	15	1560	.
ブロッコリー 花序 生	15	270	.	日 バターフレーバーオイル	2	60	.	日 バターフレーバーオイル	2	104	.
日 バターフレーバーオイル	2	18	.	シチューのもと	10	300	.	シチューのもと	10	520	.
シチューのもと	10	90	.	普通牛乳	25	750	.	普通牛乳	25	1300	.
普通牛乳	25	225	.								
揚げ茄子				**茄子煮**				**茄子煮**			
日 揚げナス	70	630	.	なす類 なす 果実 生	60	2000	.	なす類 なす 果実 生	60	3467	.
日 鶏ミンチ	15	135	.	日 鶏ミンチ	10	300	.	日 鶏ミンチ	10	520	.
とうがらし 果実 乾	0.05	0.45	.	日 まろやか醤油	4	120	.	日 まろやか醤油	4	208	.
にんにく りん茎 生	0.5	4.95	.	車糖 上白糖	1	30	.	車糖 上白糖	1	52	.
日 まろやか醤油	4	36	.	さやえんどう 若ざや 生	3	98.9	.	さやえんどう 若ざや 生	3	171.4	.
車糖 上白糖	1	9	.								
葉ねぎ 葉 生	5	48.39	.								
春雨の酢の物(卵)				**春雨の酢の物(卵)**				**春雨和え(卵)**			
はるさめ 緑豆はるさめ 乾	5	45	.	はるさめ 緑豆はるさめ 乾	5	150	.	はるさめ 緑豆はるさめ 乾	5	260	.
にんじん 根 冷凍	20	180	.	にんじん 根 冷凍	20	600	.	にんじん 根 冷凍	20	1040	.
きゅうり 果実 生	20	183.7	.	きゅうり 果実 生	20	612.2	.	日 錦糸玉子	10	520	.
日 錦糸玉子	10	90	.	日 錦糸玉子	10	300	.	日 まろやか醤油	2	104	.
穀物酢	6	54	.	穀物酢	6	180	.				
車糖 上白糖	4	36	.	車糖 上白糖	4	120	.				
小計				**小計**				**小計**			
kcal 675.0 kcal		食塩相当	2.0 g	kcal 425.0 kcal		食塩相当	1.8 g	kcal 314.0 kcal		食塩相当	2.0 g
蛋白質 35.6 g				蛋白質 21.3 g				蛋白質 19.7 g			
脂質 16.8 g				脂質 7.4 g				脂質 7.2 g			
合計				**合計**				**合計**			
kcal 2035.0 kcal		食塩相当	6.6 g	kcal 1362.0 kcal		食塩相当	5.6 g	kcal 1043.0 kcal		食塩相当	5.7 g
蛋白質 87.9 g				蛋白質 61.7 g				蛋白質 58.0 g			
脂質 57.6 g				脂質 30.3 g				脂質 33.4 g			

献　立　表

令和 8年10月 2日 (金)

常菜食

朝　予定人数 9人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	806.4	.
乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.4	3.6	.

味噌汁(豆腐)

だいず 木綿豆腐	40	360	.
こまつな 葉 生	15	158.8	.
日 合わせ麦みそ	8	72	.
日 和Qだし	0.5	4.5	.

ふくさ焼き

日 ふくさ焼き(500g)	50	450	.

ゆかり和え(大根)

だいこん 根 皮むき 生	60	635.3	.
ゆかり	0.7	6.3	.

ヨーグルト

ひるがのヨーグルト	80	720	.

小計

kcal 564.0 kcal　食塩相当 1.8 g
蛋白質 17.4 g
脂質 15.0 g

昼　予定人数 10人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	896	.
乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.4	4	.

パン粉焼き(ホキ)

ホキ 生	80	800	.
白ワイン	1	10	.
食塩	0.6	6	.
マヨネーズ 全卵型	8	80	.
パン粉 乾燥	6	60	.
ナチュラルチーズ パルメザン	4	40	.
パセリ 乾	0.01	0.1	.
チンゲンサイ 葉 生	30	352.9	.
赤ピーマン 果実 生	10	111.1	.
食塩	0.1	1	.

ごま酢和え(ひじき)

ひじき ほしひじき ｽﾃﾝﾚｽ釜 乾	1	10	.
ブラックマッペもやし 生	60	606.1	.
きゅうり 果実 生	10	102	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	5	52.63	.
穀物酢	6	60	.
車糖 上白糖	4	40	.
ごま 乾	1	10	.

炒り豆腐(卵)

だいず 木綿豆腐	70	700	.
にんじん 根 冷凍	25	250	.
さやいんげん 若ざや 生	15	154.6	.
鶏卵 全卵 生	15	176.5	.
日 まろやか醤油	7	70	.
車糖 上白糖	3	30	.

リンゴ

りんご 皮むき 生	80	941.2	.

小計

kcal 654.0 kcal　食塩相当 2.3 g
蛋白質 33.0 g
脂質 15.2 g

夕　予定人数 11人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	985.6	.

軟菜食

朝　予定人数 32人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9600	.
乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.3	9.6	.

味噌汁(豆腐)

だいず 木綿豆腐	40	1280	.
こまつな 葉 生	15	564.7	.
日 合わせ麦みそ	8	256	.
日 和Qだし	0.5	16	.

ふくさ焼き

日 ふくさ焼き(500g)	50	1600	.

ゆかり和え(大根)

だいこん 根 皮むき 生	60	2259	.
ゆかり	0.7	22.4	.

ヨーグルト

ひるがのヨーグルト	80	2560	.

小計

kcal 452.0 kcal　食塩相当 1.8 g
蛋白質 15.2 g
脂質 14.5 g

昼　予定人数 33人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9900	.
乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.3	9.9	.

パン粉焼き(ホキ)

ホキ 生	80	2640	.
白ワイン	1	33	.
食塩	0.6	19.8	.
マヨネーズ 全卵型	8	264	.
パン粉 乾燥	6	198	.
ナチュラルチーズ パルメザン	4	132	.
パセリ 乾	0.01	0.33	.
チンゲンサイ 葉 生	30	1165	.
赤ピーマン 果実 生	10	366.7	.
食塩	0.1	3.3	.

ささみ和え(ﾌﾞﾛ)

ブロッコリー 花序 生	40	2640	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	10	347.4	.
日 まろやか醤油	3	99	.

炒り豆腐(卵)

だいず 木綿豆腐	50	1650	.
にんじん 根 冷凍	20	660	.
さやいんげん 若ざや 生	10	340.2	.
鶏卵 全卵 生	10	388.2	.
日 まろやか醤油	5	165	.
車糖 上白糖	2	66	.

りんごダイス缶

りんご 缶詰	50	1650	.

小計

kcal 497.0 kcal　食塩相当 2.3 g
蛋白質 30.5 g
脂質 12.9 g

夕　予定人数 32人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9600	.

五分菜食

朝　予定人数 50人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6000	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6500	.

味噌汁(豆腐)

だいず 木綿豆腐	40	2000	.
こまつな 葉 生	15	882.4	.
日 合わせ麦みそ	8	400	.
日 和Qだし	0.5	25	.

ふくさ焼き

日 ふくさ焼き(500g)	50	2500	.

ゆかり和え(大根)

だいこん 根 皮むき 生	60	3529	.
ゆかり	0.7	35	.

ヨーグルト

ひるがのヨーグルト	80	4000	.

小計

kcal 360.0 kcal　食塩相当 1.8 g
蛋白質 13.6 g
脂質 14.3 g

昼　予定人数 48人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5760	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6240	.

中華風あんかけ(ホキ)

ホキ 生	60	2880	.
食塩	0.2	9.6	.
たまねぎ りん茎 生	30	1532	.
さやえんどう 若ざや 生	3	158.2	.
日 まろやか醤油	2	96	.
車糖 上白糖	2	96	.
日 風味豊かな中華だし	1.2	57.6	.
じゃがいもでん粉	1	48	.

ささみ和え(ﾌﾞﾛ)

ブロッコリー 花序 生	40	3840	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	10	505.3	.
日 まろやか醤油	3	144	.

炒り豆腐(卵)

だいず 木綿豆腐	50	2400	.
にんじん 根 冷凍	20	960	.
さやいんげん 若ざや 生	10	494.9	.
鶏卵 全卵 生	10	564.7	.
日 まろやか醤油	5	240	.
車糖 上白糖	2	96	.

りんごダイス缶

りんご 缶詰	50	2400	.

小計

kcal 316.0 kcal　食塩相当 1.8 g
蛋白質 23.3 g
脂質 4.9 g

夕　予定人数 51人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6120	.

献　立　表

令和 8年10月 2日 (金)

常菜食				軟菜食				五分菜食			
乳カル酵素ファイバー	0.4	4.4	.	乳カル酵素ファイバー	0.3	9.6	.	こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6630	.
鶏肉立田揚げ				**チキンボール煮(中華)**				**チキンボール煮(中華)**			
若鶏肉 もも 皮つき 生 にわとり	90	990	.	日 チキンボール(15g)	45	1440	.	日 チキンボール(15g)	45	2295	.
日 まろやか醤油	8	88	.	カリフラワー 花序 生	50	3200	.	カリフラワー 花序 生	50	5100	.
日 料理酒	3	33	.	たまねぎ りん茎 生	30	1021	.	たまねぎ りん茎 生	30	1628	.
しょうが 根茎 生	3	41.25	.	車糖 上白糖	2	64	.	車糖 上白糖	2	102	.
じゃがいもでん粉	4	44	.	日 まろやか醤油	4	128	.	日 まろやか醤油	4	204	.
調合油	10	110	.	日 風味豊かな中華だし	1	32	.	日 風味豊かな中華だし	1	51	.
カリフラワー 花序 生	20	440	.	日 バターフレーバーオイル	2	64	.	日 バターフレーバーオイル	2	102	.
ブロッコリー 花序 生	20	440	.	グリンピース 冷凍	3	96	.	グリンピース 冷凍	3	153	.
食塩	0.1	1.1	.								
白菜のコンソメ煮				**白菜のコンソメ煮**				**白菜のコンソメ煮**			
はくさい 結球葉 生	80	936.2	.	はくさい 結球葉 生	80	2723	.	はくさい 結球葉 生	80	4340	.
にんじん 根 冷凍	15	165	.	にんじん 根 冷凍	15	480	.	にんじん 根 冷凍	15	765	.
日 かつお水煮フレーク	20	220	.	日 かつお水煮フレーク	20	640	.	日 風味豊かなコンソメ	1.8	91.8	.
日 風味豊かなコンソメ	1.8	19.8	.	日 風味豊かなコンソメ	1.8	57.6	.				
ポテトサラダ(非常食)				**ポテトサラダ(非常食)**				**ポテトサラダ(非常食)**			
ポテトツナサラダ(非常食)	40	440	.	ポテトツナサラダ(非常食)	40	1280	.	ポテトツナサラダ(非常食)	40	2040	.
たまねぎ りん茎 生	10	117	.	たまねぎ りん茎 生	10	340.4	.	たまねぎ りん茎 生	10	542.6	.
さやいんげん 若ざや 生	5	56.7	.	さやいんげん 若ざや 生	5	165	.	さやいんげん 若ざや 生	5	262.9	.
小計				**小計**				**小計**			
kcal 726.0 kcal		食塩相当量	2.1 g	kcal 464.0 kcal		食塩相当量	2.1 g	kcal 355.0 kcal		食塩相当量	2.0 g
蛋白質 28.6 g				蛋白質 16.5 g				蛋白質 11.1 g			
脂質 30.4 g				脂質 14.9 g				脂質 14.5 g			
合計				**合計**				**合計**			
kcal 1944.0 kcal		食塩相当量	6.2 g	kcal 1413.0 kcal		食塩相当量	6.2 g	kcal 1031.0 kcal		食塩相当量	5.6 g
蛋白質 79.0 g				蛋白質 62.2 g				蛋白質 48.0 g			
脂質 60.6 g				脂質 42.3 g				脂質 33.7 g			

献　立　表

令和 8年10月 3日 (土)

常菜食

朝　予定人数 11人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	985.6	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	4.4	.

味噌汁(青梗菜)

チンゲンサイ 葉 生	30	388.2	.
たまねぎ りん茎 生	20	234	.
日 合わせ麦みそ	8	88	.
日 和Qだし	0.5	5.5	.

ぎせい豆腐

日 ぎせい豆腐	90	990	.
日 まろやか醤油	4	44	.
みりん	3	33	.
じゃがいもでん粉	0.5	5.5	.

茄子のお浸し

なす類 なす 果実 生	40	488.9	.
日 まろやか醤油	2	22	.

牛乳

普通牛乳	200	2200	.

小計

kcal 618.0 kcal　食塩相当 2.7 g
蛋白質 23.2 g
脂質 18.5 g

昼　予定人数 9人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	806.4	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.6	.

鰆の葱味噌焼き

さわら 生	80	720	.
日 料理酒	1	9	.
食塩	0.1	0.9	.
葉ねぎ 葉 生	5	48.39	.
日 合わせ麦みそ	10	90	.
車糖 上白糖	5	45	.
みりん 本みりん	4	36	.
日 料理酒	2	18	.
調合油	3	27	.
花形人参	12	108	.
日 和Qだし	0.1	0.9	.

酢のもの(わかめ)

わかめ 乾燥わかめ 素干し	3	27	.
だいず ゆで 全粒 国産 黄大豆	15	135	.
きゅうり 果実 生	30	275.5	.
穀物酢	6	54	.
車糖 上白糖	4	36	.

ポテト煮

じゃがいも 塊茎 生	50	500	.
たまねぎ りん茎 生	20	191.5	.
さやいんげん 若ざや 生	5	46.39	.
日 まろやか醤油	4	36	.
みりん 本直し	2	18	.

オレンジ

オレンジ ネーブル 砂じょう 生	80	1108	.

小計

kcal 656.0 kcal　食塩相当 2.3 g
蛋白質 27.9 g
脂質 13.8 g

夕　予定人数 9人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

軟菜食

朝　予定人数 32人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9600	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9.6	.

味噌汁(青梗菜)

チンゲンサイ 葉 生	30	1129	.
たまねぎ りん茎 生	20	680.9	.
日 合わせ麦みそ	8	256	.
日 和Qだし	0.5	16	.

ぎせい豆腐

日 ぎせい豆腐	60	1920	.
日 まろやか醤油	3	96	.
みりん	2	64	.
じゃがいもでん粉	0.5	16	.

茄子のお浸し

なす類 なす 果実 生	40	1422	.
日 まろやか醤油	2	64	.

牛乳

普通牛乳	200	6400	.

小計

kcal 457.0 kcal　食塩相当 2.3 g
蛋白質 18.0 g
脂質 14.8 g

昼　予定人数 32人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9600	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9.6	.

鰆の葱味噌焼き

さわら 生	80	2560	.
日 料理酒	1	32	.
食塩	0.1	3.2	.
葉ねぎ 葉 生	5	172	.
日 合わせ麦みそ	10	320	.
車糖 上白糖	5	160	.
みりん 本みりん	4	128	.
日 料理酒	2	64	.
調合油	3	96	.
花形人参	12	384	.
日 和Qだし	0.1	3.2	.

ささみ和え(白菜)

はくさい 結球葉 生	40	1362	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	20	673.7	.
日 まろやか醤油	2	64	.

ポテト煮

じゃがいも 塊茎 生	50	1778	.
たまねぎ りん茎 生	20	680.9	.
さやいんげん 若ざや 生	5	165	.
日 まろやか醤油	4	128	.
みりん 本直し	2	64	.

グレープゼリー

グレープゼリーFeVC	50	1600	.

小計

kcal 530.0 kcal　食塩相当 2.1 g
蛋白質 27.5 g
脂質 11.9 g

夕　予定人数 31人　実施人数 0人

全粥

五分菜食

朝　予定人数 50人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6000	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6500	.

味噌汁(青梗菜)

チンゲンサイ 葉 生	30	1765	.
たまねぎ りん茎 生	20	1064	.
日 合わせ麦みそ	8	400	.
日 和Qだし	0.5	25	.

ぎせい豆腐

日 ぎせい豆腐	60	3000	.
日 まろやか醤油	3	150	.
みりん	2	100	.
じゃがいもでん粉	0.5	25	.

茄子のお浸し

なす類 なす 果実 生	40	2222	.
日 まろやか醤油	2	100	.

牛乳

普通牛乳	200	10000	.

小計

kcal 365.0 kcal　食塩相当 2.3 g
蛋白質 16.4 g
脂質 14.6 g

昼　予定人数 50人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6000	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6500	.

味噌煮魚(さわら)

さわら 生	60	3000	.
日 料理酒	1	50	.
車糖 上白糖	3	150	.
みりん 本みりん	3	150	.
日 合わせ麦みそ	6	300	.
花形人参	12	600	.
日 和Qだし	0.1	5	.

ささみ和え(白菜)

はくさい 結球葉 生	40	2128	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	20	1053	.
日 まろやか醤油	2	100	.

ポテト煮

じゃがいも 塊茎 生	50	2778	.
たまねぎ りん茎 生	20	1064	.
さやいんげん 若ざや 生	5	257.7	.
日 まろやか醤油	4	200	.
みりん 本直し	2	100	.

グレープゼリー

グレープゼリーFeVC	50	2500	.

小計

kcal 357.0 kcal　食塩相当 1.5 g
蛋白質 21.4 g
脂質 6.5 g

夕　予定人数 50人　実施人数 0人

米飯 100g

献　立　表

令和 8年10月 3日 (土)

常菜食				軟菜食				五分菜食			
こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	806.4	.	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9300	.	こめ 水稲めし 精白米 うるち米	100	5000	.
乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.4	3.6	.	乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.3	9.3	.				
スペイン風オムレツ				**スペイン風オムレツ**				**スペイン風オムレツ**			
鶏卵 全卵 生	50	529.4	.	鶏卵 全卵 生	50	1824	.	鶏卵 全卵 生	50	2941	.
日 鶏ひき肉(ササミ)	30	270	.	日 鶏ひき肉(ササミ)	30	930	.	日 鶏ひき肉(ササミ)	30	1500	.
たまねぎ りん茎 生	20	191.5	.	たまねぎ りん茎 生	20	659.6	.	たまねぎ りん茎 生	20	1064	.
ブロッコリー 花序 生	30	540	.	ブロッコリー 花序 生	30	1860	.	ブロッコリー 花序 生	30	3000	.
食塩	0.3	2.7	.	食塩	0.3	9.3	.	食塩	0.3	15	.
日 風味豊かなコンソメ	0.6	5.4	.	日 風味豊かなコンソメ	0.6	18.6	.	日 風味豊かなコンソメ	0.6	30	.
日 バターフレーバーオイル	2	18	.	日 バターフレーバーオイル	2	62	.	日 バターフレーバーオイル	2	100	.
トマトケチャップ	10	90	.	トマトケチャップ	10	310	.	トマトケチャップ	10	500	.
レタスサラダ(カニ)				**カニマヨ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)**				**カニマヨ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)**			
レタス 土耕栽培 結球葉 生	30	275.5	.	さやいんげん 若ざや 生	40	1278	.	さやいんげん 若ざや 生	40	2062	.
だいこん 根 皮むき 生	5	52.94	.	かに風味かまぼこ	10	310	.	かに風味かまぼこ	10	500	.
かに風味かまぼこ	10	90	.	マヨネーズ 全卵型	6	186	.	マヨネーズ 全卵型	6	300	.
＊ノンオイル中華(ごま不使用)	6	54	.								
ﾋﾟｰﾏﾝと厚揚げの炒り煮				**大根煮**				**大根煮**			
青ピーマン 果実 生	30	317.7	.	だいこん 根 皮むき 生	60	2188	.	だいこん 根 皮むき 生	60	3529	.
にんじん 根 冷凍	15	135	.	にんじん 根 冷凍	10	310	.	にんじん 根 冷凍	10	500	.
だいず 生揚げ	40	360	.	日 まろやか醤油	4	124	.	日 まろやか醤油	4	200	.
車糖 上白糖	1	9	.	みりん 本みりん	2	62	.	みりん 本みりん	2	100	.
日 まろやか醤油	4	36	.	さやえんどう 若ざや 生	3	102.2	.	さやえんどう 若ざや 生	3	164.8	.
ごま 乾	1	9	.								
小計				**小計**				**小計**			
kcal 556.0 kcal		食塩相当	1.9 g	kcal 423.0 kcal		食塩相当	1.6 g	kcal 384.0 kcal		食塩相当	1.6 g
蛋白質 27.6 g				蛋白質 21.3 g				蛋白質 20.5 g			
脂質 13.5 g				脂質 12.6 g				脂質 12.6 g			
合計				**合計**				**合計**			
kcal 1830.0 kcal		食塩相当	6.9 g	kcal 1410.0 kcal		食塩相当	6.0 g	kcal 1106.0 kcal		食塩相当	5.4 g
蛋白質 78.7 g				蛋白質 66.8 g				蛋白質 58.3 g			
脂質 45.8 g				脂質 39.3 g				脂質 33.7 g			

献　立　表

令和 8年10月 4日（日）

常菜食

朝　予定人数 9人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	806.4	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.6	.

味噌汁（白菜）

はくさい 結球葉 生	30	287.2	.
たまねぎ りん茎 生	20	191.5	.
日 合わせ麦みそ	8	72	.
日 和Qだし	0.5	4.5	.

チキンナゲット

日 チキンナゲット	71.4	642.6	.
トマトケチャップ	8	72	.

ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え(ﾌﾞﾛ)

ブロッコリー 花序 生	50	900	.
日 サラダ豆	10	90	.
＊ノンオイルたまねぎ	8	72	.

牛乳

普通牛乳	200	1800	.

小計

kcal 642.0 kcal　食塩相当 2.7 g
蛋白質 25.9 g
脂質 16.0 g

昼　予定人数 9人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	806.4	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.6	.

麻婆豆腐

だいず 木綿豆腐	110	990	.
ぶた ひき肉 生	50	450	.
にんにく りん茎 生	1	9.89	.
しょうが 根茎 生	1	11.25	.
調合油	2	18	.
たまねぎ りん茎 生	30	287.2	.
葉ねぎ 葉 生	5	48.39	.
日 料理酒	2	18	.
車糖 上白糖	1	9	.
日 まろやか醤油	6	54	.
日 風味豊かな中華だし	0.6	5.4	.
トウバンジャン	0.9	8.1	.
食塩	0.3	2.7	.
じゃがいもでん粉	2	18	.

おろし酢和え(ﾐｶﾝ)

だいこん 根 皮つき 生	50	500	.
うんしゅうみかん 缶詰 果肉	20	180	.
きゅうり 果実 生	30	275.5	.
焼き竹輪	10	90	.
穀物酢	6	54	.
車糖 上白糖	4	36	.

たまごスープ(中華)

鶏卵 全卵 生	15	158.8	.
たまねぎ りん茎 生	20	191.5	.
にんじん 根 冷凍	10	90	.
さやえんどう 若ざや 生	3	29.67	.
日 風味豊かな中華だし	2	18	.
食塩	0.2	1.8	.
じゃがいもでん粉	0.5	4.5	.

バナナ

バナナ 生	45	675	.

小計

kcal 679.0 kcal　食塩相当 2.6 g
蛋白質 28.3 g

軟菜食

朝　予定人数 32人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9600	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9.6	.

味噌汁（白菜）

はくさい 結球葉 生	30	1021	.
たまねぎ りん茎 生	20	680.9	.
日 合わせ麦みそ	8	256	.
日 和Qだし	0.5	16	.

鶏そぼろ

日 鶏そぼろ	50	1600	.

ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え(ﾌﾞﾛ)

ブロッコリー 花序 生	50	3200	.
日 サラダ豆	10	320	.
＊ノンオイルたまねぎ	8	256	.

牛乳

普通牛乳	200	6400	.

小計

kcal 447.0 kcal　食塩相当 2.0 g
蛋白質 22.4 g
脂質 11.2 g

昼　予定人数 31人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9300	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9.3	.

麻婆豆腐風

だいず 木綿豆腐	100	3100	.
日 鶏ひき肉(ササミ)	40	1240	.
たまねぎ りん茎 生	30	989.4	.
調合油	2	62	.
日 料理酒	4	124	.
車糖 上白糖	2	62	.
日 まろやか醤油	6	186	.
日 風味豊かな中華だし	0.6	18.6	.
食塩	0.2	6.2	.
じゃがいもでん粉	3	93	.
グリンピース 冷凍	3	93	.

おろし酢和え(ﾐｶﾝ)

だいこん 根 皮つき 生	50	1722	.
うんしゅうみかん 缶詰 果肉	20	620	.
きゅうり 果実 生	30	949	.
焼き竹輪	10	310	.
穀物酢	6	186	.
車糖 上白糖	4	124	.

たまごスープ(中華)

鶏卵 全卵 生	15	547.1	.
たまねぎ りん茎 生	20	659.6	.
にんじん 根 冷凍	10	310	.
さやえんどう 若ざや 生	3	102.2	.
日 風味豊かな中華だし	2	62	.
食塩	0.2	6.2	.
じゃがいもでん粉	0.5	15.5	.

バナナ

バナナ 生	45	2325	.

小計

kcal 502.0 kcal　食塩相当 2.3 g
蛋白質 26.1 g

五分菜食

朝　予定人数 50人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6000	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6500	.

味噌汁（白菜）

はくさい 結球葉 生	30	1596	.
たまねぎ りん茎 生	20	1064	.
日 合わせ麦みそ	8	400	.
日 和Qだし	0.5	25	.

鶏そぼろ

日 鶏そぼろ	50	2500	.

ツナ和え(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)

ブロッコリー 花序 生	30	3000	.
日 かつお水煮フレーク	20	1000	.
日 まろやか醤油	3	150	.

牛乳

普通牛乳	200	10000	.

小計

kcal 350.0 kcal　食塩相当 2.2 g
蛋白質 22.5 g
脂質 10.7 g

昼　予定人数 51人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6120	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6630	.

麻婆豆腐風

だいず 木綿豆腐	100	5100	.
日 鶏ひき肉(ササミ)	40	2040	.
たまねぎ りん茎 生	30	1628	.
調合油	2	102	.
日 料理酒	4	204	.
車糖 上白糖	2	102	.
日 まろやか醤油	6	306	.
日 風味豊かな中華だし	0.6	30.6	.
食塩	0.2	10.2	.
じゃがいもでん粉	3	153	.
グリンピース 冷凍	3	153	.

卸和え(ﾎｳﾚﾝ草)

だいこん 根 皮つき 生	30	1700	.
ほうれんそう 葉 冷凍	20	1020	.
うんしゅうみかん 缶詰 果肉	20	1020	.
日 まろやか醤油	2	102	.

たまごスープ(中華)

鶏卵 全卵 生	15	900	.
たまねぎ りん茎 生	20	1085	.
にんじん 根 冷凍	10	510	.
さやえんどう 若ざや 生	3	168.1	.
日 風味豊かな中華だし	2	102	.
食塩	0.2	10.2	.
じゃがいもでん粉	0.5	25.5	.

バナナ

バナナ 生	45	3825	.

小計

kcal 379.0 kcal　食塩相当 2.4 g
蛋白質 23.7 g

献　立　表

令和 8年10月 4日（日）

常菜食				軟菜食				五分菜食			
脂質 18.8 g				脂質 9.5 g				脂質 9.1 g			
夕 予定人数 9人 実施人数 0人				夕 予定人数 30人 実施人数 0人				夕 予定人数 54人 実施人数 0人			
米飯 コメ 90g				**全粥**				**五分粥**			
こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	806.4	.	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9000	.	こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6480	.
乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.4	3.6	.	乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.3	9	.	こめ 水稲おもゆ 精白米	130	7020	.
カレー焼き(ｱｼﾞ)				**ホキの煮付け**				**ホキの煮付け**			
まあじ 皮つき、生	80	1600	.	ホキ 生	60	1800	.	ホキ 生	60	3240	.
日 料理酒	1	9	.	日 料理酒	1	30	.	日 料理酒	1	54	.
だいず 焼き豆腐	30	270	.	日 まろやか醤油	5	150	.	日 まろやか醤油	5	270	.
食塩	1.5	13.5	.	車糖 上白糖	3	90	.	車糖 上白糖	3	162	.
薄力粉 1等	3	27	.	みりん 本みりん	2	60	.	みりん 本みりん	2	108	.
カレー粉	0.5	4.5	.	チンゲンサイ 葉 生	30	1059	.	チンゲンサイ 葉 生	30	1906	.
調合油	4	36	.	にんじん 根 冷凍	10	300	.	にんじん 根 冷凍	10	540	.
チンゲンサイ 葉 生	30	317.7	.								
にんじん 根 冷凍	10	90	.								
さつま芋の甘煮				**さつま芋の甘煮**				**さつま芋の甘煮**			
さつまいも 塊根 皮むき 生	70	630	.	さつまいも 塊根 皮むき 生	70	2100	.	さつまいも 塊根 皮むき 生	70	3780	.
車糖 上白糖	6	54	.	車糖 上白糖	6	180	.	車糖 上白糖	6	324	.
コールスローサラダ				**ささみマヨ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**				**ささみマヨ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**			
キャベツ 結球葉 生	60	635.3	.	キャベツ 結球葉 生	40	1412	.	キャベツ 結球葉 生	40	2541	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	10	94.74	.	若鶏肉 ささ身 生 にわとり	15	473.7	.	若鶏肉 ささ身 生 にわとり	15	852.6	.
赤ピーマン 果実 生	5	50	.	マヨネーズ 全卵型	5	150	.	マヨネーズ 全卵型	5	270	.
ｽｲｰﾄｺｰﾝ 未熟種子 ｶｰﾈﾙ 冷凍	5	45	.								
マヨネーズ 全卵型	7	63	.								
小計				**小計**				**小計**			
kcal 663.0 kcal		食塩相当	1.8 g	kcal 437.0 kcal		食塩相当	0.8 g	kcal 345.0 kcal		食塩相当	0.8 g
蛋白質 28.5 g				蛋白質 19.2 g				蛋白質 17.6 g			
脂質 15.9 g				脂質 5.2 g				脂質 5.0 g			
合計				**合計**				**合計**			
kcal 1984.0 kcal		食塩相当	7.1 g	kcal 1386.0 kcal		食塩相当	5.1 g	kcal 1074.0 kcal		食塩相当	5.4 g
蛋白質 82.7 g				蛋白質 67.7 g				蛋白質 63.8 g			
脂質 50.7 g				脂質 25.9 g				脂質 24.8 g			

献　立　表

令和 8年10月 5日（月）

常菜食

朝　予定人数 9人　実施人数 0人

米飯　コメ　90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	806.4	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.6	.

味噌汁（油揚げ）

だいず 油揚げ 生	5	45	.
ほうれんそう 葉 冷凍	30	270	.
たまねぎ りん茎 生	30	287.2	.
日 合わせ麦みそ	8	72	.
日 和Qだし	0.5	4.5	.

＊厚焼たまご

日 厚焼きたまご	50	450	.

酢のもの(ｶﾌﾞ)

かぶ 根 皮むき 生	60	635.3	.
蒸しかまぼこ	15	135	.
穀物酢	5	45	.
車糖 上白糖	4	36	.

牛乳

普通牛乳	200	1800	.

小計

kcal 595.0 kcal　食塩相当 2.1 g
蛋白質 21.3 g
脂質 14.6 g

昼　予定人数 9人　実施人数 0人

米飯　コメ　90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	806.4	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.6	.

ハンバーグ

日 柔らかハンバーグ(80g)	80	720	.
トマトケチャップ	8	72	.
ウスターソース	3	27	.
ブロッコリー 花序 生	30	540	.
にんじん 根 冷凍	10	90	.
食塩	0.1	0.9	.
日 揚げナス	30	270	.
日 まろやか醤油	0.5	4.5	.

マッシュポテト

じゃがいも 塊茎 生	50	500	.
日 バターフレーバーオイル	5	45	.
普通牛乳	20	180	.
食塩	0.1	0.9	.
パセリ 乾	0.01	0.09	.

レタスサラダ(海藻)

レタス 土耕栽培 結球葉 生	20	183.7	.
赤ピーマン 果実 生	10	100	.
日 海藻サラダ	2.5	22.5	.
だいず ゆで 全粒 国産 黄大豆	15	135	.
＊ノンオイルたまねぎ	8	72	.

キウイフルーツ

キウイフルーツ 緑肉種 生	80	847.1	.

小計

kcal 684.0 kcal　食塩相当 2.4 g
蛋白質 21.0 g
脂質 20.8 g

夕　予定人数 10人　実施人数 0人

米飯　コメ　90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	896	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	4	.

軟菜食

朝　予定人数 30人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9000	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9	.

味噌汁（油揚げ）

だいず 油揚げ 生	5	150	.
ほうれんそう 葉 冷凍	30	900	.
たまねぎ りん茎 生	30	957.5	.
日 合わせ麦みそ	8	240	.
日 和Qだし	0.5	15	.

＊厚焼たまご

日 厚焼きたまご	50	1500	.

酢のもの(ｶﾌﾞ)

かぶ 根 皮むき 生	60	2118	.
蒸しかまぼこ	15	450	.
穀物酢	5	150	.
車糖 上白糖	4	120	.

牛乳

普通牛乳	200	6000	.

小計

kcal 483.0 kcal　食塩相当 2.1 g
蛋白質 19.1 g
脂質 14.1 g

昼　予定人数 30人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9000	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9	.

ハンバーグ

日 柔らかハンバーグ(80g)	80	2400	.
トマトケチャップ	8	240	.
ウスターソース	3	90	.
ブロッコリー 花序 生	30	1800	.
にんじん 根 冷凍	10	300	.
食塩	0.1	3	.

マッシュポテト

じゃがいも 塊茎 生	50	1667	.
日 バターフレーバーオイル	5	150	.
普通牛乳	20	600	.
食塩	0.1	3	.
パセリ 乾	0.01	0.3	.

ホタテ和え(ﾁﾝｹﾞﾝｻｲ)

チンゲンサイ 葉 生	40	1412	.
ほたてがい 水煮	20	1500	.
日 まろやか醤油	2	60	.

モモ缶

もも 缶詰	50	1500	.

小計

kcal 521.0 kcal　食塩相当 1.9 g
蛋白質 18.9 g
脂質 15.6 g

夕　予定人数 29人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	8700	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	8.7	.

五分菜食

朝　予定人数 54人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6480	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	7020	.

味噌汁（ほうれん草）

ほうれんそう 葉 冷凍	30	1620	.
たまねぎ りん茎 生	30	1723	.
日 合わせ麦みそ	8	432	.
日 和Qだし	0.5	27	.

＊厚焼たまご

日 厚焼きたまご	50	2700	.

ささみ和え(ｶﾌﾞ)

かぶ 根 皮むき 生	40	2541	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	20	1137	.
日 まろやか醤油	3	162	.

牛乳

普通牛乳	200	10800	.

小計

kcal 359.0 kcal　食塩相当 2.0 g
蛋白質 19.3 g
脂質 12.2 g

昼　予定人数 53人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6360	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6890	.

豆腐ハンバーグ

日 豆腐野菜ハンバーグ(60g)	60	3180	.
トマトケチャップ	8	424	.
ブロッコリー 花序 生	30	3180	.
にんじん 根 冷凍	10	530	.
食塩	0.1	5.3	.

マッシュポテト

じゃがいも 塊茎 生	50	2944	.
日 バターフレーバーオイル	5	265	.
普通牛乳	20	1060	.
食塩	0.1	5.3	.
パセリ 乾	0.01	0.53	.

ホタテ和え(ﾁﾝｹﾞﾝｻｲ)

チンゲンサイ 葉 生	40	2494	.
ほたてがい 水煮	20	2650	.
日 まろやか醤油	2	106	.

モモ缶

もも 缶詰	50	2650	.

小計

kcal 372.0 kcal　食塩相当 1.5 g
蛋白質 14.9 g
脂質 10.9 g

夕　予定人数 53人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6360	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6890	.

献　立　表

令和 8年10月 5日 (月)

常菜食				軟菜食				五分菜食			
ホッケの塩焼き				**ホッケの塩焼き**				**メルルーサの味噌かけ**			
ほっけ　生	80	1600	.	ほっけ　生	80	4640	.	メルルーサ　生	60	3347	.
日 料理酒	3	30	.	日 料理酒	3	87	.	食塩	0.1	5.3	.
食塩	1	10	.	食塩	1	29	.	日 料理酒	2	106	.
調合油	2	20	.	調合油	2	58	.	日 合わせ麦みそ	8	424	.
さやいんげん 若ざや 生	20	206.2	.	さやいんげん 若ざや 生	20	597.9	.	みりん　本みりん	5	265	.
日 まろやか醤油	1	10	.	日 まろやか醤油	1	29	.	車糖　上白糖	4	212	.
きんとき フジッコ ソフトデリ	20	200	.	きんとき フジッコ ソフトデリ	20	580	.	日 料理酒	3	159	.
								さやいんげん 若ざや 生	20	1093	.
								日 まろやか醤油	1	53	.
厚揚げきのこあん				**豆腐のとろみ煮**				**豆腐のとろみ煮**			
だいず　生揚げ	72	720	.	だいず　木綿豆腐	60	1740	.	だいず　木綿豆腐	60	3180	.
にんじん　根　冷凍	10	100	.	にんじん　根　冷凍	20	580	.	にんじん　根　冷凍	20	1060	.
えのきたけ　生	20	200	.	日 まろやか醤油	4	116	.	日 まろやか醤油	4	212	.
ぶなしめじ　生	10	111.1	.	みりん　本みりん	3	87	.	みりん　本みりん	3	159	.
日 まろやか醤油	5	50	.	じゃがいもでん粉	1.5	43.5	.	じゃがいもでん粉	1.5	79.5	.
みりん　本みりん	3	30	.	グリンピース　冷凍	3	87	.	グリンピース　冷凍	3	159	.
じゃがいもでん粉	1	10	.								
葉ねぎ　葉　生	2	21.51	.								
レモン酢あえ(大根)				**レモン酢あえ(大根)**				**レモン醤油和え(大根)**			
だいこん 根 皮むき 生	50	588.2	.	だいこん 根 皮むき 生	50	1706	.	だいこん 根 皮むき 生	60	3741	.
りんご　皮つき　生	10	108.7	.	りんご　皮つき　生	10	315.2	.	だいこん類 だいこん 葉 生	5	294.4	.
レモン　果汁　生	6	60	.	レモン　果汁　生	6	174	.	レモン　果汁　生	0.5	26.5	.
穀物酢	2	20	.	穀物酢	2	58	.	日 まろやか醤油	2	106	.
車糖　上白糖	4	40	.	車糖　上白糖	4	116	.				
小計				**小計**				**小計**			
kcal 609.0 kcal　食塩相当 1.9 g				kcal 434.0 kcal　食塩相当 1.8 g				kcal 281.0 kcal　食塩相当 2.0 g			
蛋白質 30.3 g				蛋白質 24.0 g				蛋白質 18.6 g			
脂質 14.7 g				脂質 8.9 g				脂質 3.9 g			
合計				**合計**				**合計**			
kcal 1888.0 kcal　食塩相当 6.4 g				kcal 1438.0 kcal　食塩相当 5.8 g				kcal 1012.0 kcal　食塩相当 5.5 g			
蛋白質 72.6 g				蛋白質 62.0 g				蛋白質 52.8 g			
脂質 50.1 g				脂質 38.6 g				脂質 27.0 g			

献　立　表

令和 8年10月 6日 (火)

常菜食

朝　予定人数 10人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	896	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	4	.

味噌汁(豆腐)

だいず 木綿豆腐	50	500	.
わかめ 乾燥わかめ 素干し	1	10	.
葉ねぎ 葉 生	3	32.26	.
日 合わせ麦みそ	8	80	.
日 和Qだし	0.5	5	.

はんぺんと野菜のｿﾃｰ

日 野菜ソテー(ｷｬﾍﾞﾂ)	40	400	.
はんぺん	20	200	.

ささみ和え(小松菜)

こまつな 葉 生	50	588.2	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	15	157.9	.
日 まろやか醤油	2	20	.

牛乳

普通牛乳	200	2000	.

小計

kcal 550.0 kcal　食塩相当量 2.2 g
蛋白質 23.7 g
脂質 12.9 g

昼　予定人数 11人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	985.6	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	4.4	.

とり肉ピカタ

若鶏肉 もも 皮つき 生 にわとり	90	990	.
食塩	0.2	2.2	.
薄力粉 1等	5	55	.
鶏卵 全卵 生	15	194.1	.
調合油	3	33	.
トマトケチャップ	10	110	.
さやいんげん 若ざや 生	20	226.8	.
食塩	0.1	1.1	.

春雨の酢の物(カニ)

はるさめ 緑豆はるさめ 乾	5	55	.
きゅうり 果実 生	20	224.5	.
かに風味かまぼこ	10	110	.
穀物酢	6	66	.
車糖 上白糖	4	44	.

じゃが芋ミルクスープ

じゃがいも 塊茎 生	40	488.9	.
にんじん 根 冷凍	10	110	.
たまねぎ りん茎 生	20	234	.
日 風味豊かなコンソメ	1.5	16.5	.
食塩	0.1	1.1	.
普通牛乳	20	220	.
さやえんどう 若ざや 生	3	36.26	.

パイン

パインアップル 生	80	1600	.

小計

kcal 700.0 kcal　食塩相当量 1.6 g
蛋白質 27.0 g
脂質 19.2 g

夕　予定人数 11人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	985.6	.

軟菜食

朝　予定人数 28人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	8400	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	8.4	.

味噌汁(豆腐)

だいず 木綿豆腐	50	1400	.
わかめ 乾燥わかめ 素干し	1	28	.
葉ねぎ 葉 生	3	90.32	.
日 合わせ麦みそ	8	224	.
日 和Qだし	0.5	14	.

はんぺんと野菜のｿﾃｰ

日 野菜ソテー(ｷｬﾍﾞﾂ)	40	1120	.
はんぺん	20	560	.

ささみ和え(小松菜)

こまつな 葉 生	50	1647	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	15	442.1	.
日 まろやか醤油	2	56	.

牛乳

普通牛乳	200	5600	.

小計

kcal 438.0 kcal　食塩相当量 2.2 g
蛋白質 21.5 g
脂質 12.4 g

昼　予定人数 29人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	8700	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	8.7	.

とり肉ピカタ

若鶏肉 もも 皮つき 生 にわとり	90	2610	.
食塩	0.2	5.8	.
薄力粉 1等	5	145	.
鶏卵 全卵 生	15	511.8	.
調合油	3	87	.
トマトケチャップ	10	290	.
さやいんげん 若ざや 生	20	597.9	.
食塩	0.1	2.9	.

春雨和え(カニ)

はるさめ 緑豆はるさめ 乾	5	145	.
チンゲンサイ 葉 生	20	682.4	.
かに風味かまぼこ	10	290	.
日 まろやか醤油	1.5	43.5	.

じゃが芋ミルクスープ

じゃがいも 塊茎 生	40	1289	.
にんじん 根 冷凍	10	290	.
たまねぎ りん茎 生	20	617	.
日 風味豊かなコンソメ	1.5	43.5	.
食塩	0.1	2.9	.
普通牛乳	20	580	.
さやえんどう 若ざや 生	3	95.6	.

ラ・フランスゼリー

ラ・フランスゼリー	50	1450	.

小計

kcal 568.0 kcal　食塩相当量 1.8 g
蛋白質 24.3 g
脂質 18.6 g

夕　予定人数 29人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	8700	.

五分菜食

朝　予定人数 53人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6360	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6890	.

味噌汁(豆腐)

だいず 木綿豆腐	50	2650	.
日 合わせ麦みそ	8	424	.
日 和Qだし	0.5	26.5	.

はんぺんと野菜のｿﾃｰ

日 野菜ソテー(ｷｬﾍﾞﾂ)	40	2120	.
はんぺん	20	1060	.

ささみ和え(小松菜)

こまつな 葉 生	50	3118	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	15	836.8	.
日 まろやか醤油	2	106	.

牛乳

普通牛乳	200	10600	.

小計

kcal 343.0 kcal　食塩相当量 2.0 g
蛋白質 19.7 g
脂質 12.2 g

昼　予定人数 51人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6120	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6630	.

鶏肉柳川風

はくさい 結球葉 生	60	3255	.
日 若鶏小間肉	40	2040	.
さやいんげん 若ざや 生	10	525.8	.
車糖 上白糖	3	153	.
日 まろやか醤油	6	306	.
みりん 本みりん	3	153	.
鶏卵 全卵 生	50	3000	.

春雨和え(カニ)

はるさめ 緑豆はるさめ 乾	5	255	.
チンゲンサイ 葉 生	20	1200	.
かに風味かまぼこ	10	510	.
日 まろやか醤油	1.5	76.5	.

じゃが芋ミルクスープ

じゃがいも 塊茎 生	40	2267	.
にんじん 根 冷凍	10	510	.
たまねぎ りん茎 生	20	1085	.
日 風味豊かなコンソメ	1.5	76.5	.
食塩	0.1	5.1	.
普通牛乳	20	1020	.
さやえんどう 若ざや 生	3	168.1	.

ラ・フランスゼリー

ラ・フランスゼリー	50	2550	.

小計

kcal 405.0 kcal　食塩相当量 1.8 g
蛋白質 18.9 g
脂質 11.9 g

夕　予定人数 52人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6240	.

献　立　表

令和 8年10月 6日 (火)

常菜食				軟菜食				五分菜食			
乳カル酵素ファイバー	0.4	4.4	.	乳カル酵素ファイバー	0.3	8.7	.	こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6760	.
焼き魚あんかけ(ホキ)				**焼き魚あんかけ(ホキ)**				**蒸し魚あんかけ(ホキ)**			
ホキ 生	80	880	.	ホキ 生	80	2320	.	ホキ 生	60	3120	.
日 料理酒	2	22	.	日 料理酒	2	58	.	日 料理酒	2	104	.
食塩	0.1	1.1	.	食塩	0.1	2.9	.	調合油	1	52	.
じゃがいもでん粉	3	33	.	じゃがいもでん粉	3	87	.	たまねぎ りん茎 生	30	1660	.
調合油	3	33	.	調合油	3	87	.	日 まろやか醤油	6	312	.
たまねぎ りん茎 生	40	468.1	.	たまねぎ りん茎 生	40	1234	.	車糖 上白糖	3	156	.
日 まろやか醤油	8	88	.	日 まろやか醤油	8	232	.	じゃがいもでん粉	2	104	.
車糖 上白糖	4	44	.	車糖 上白糖	4	116	.	さやえんどう 若ざや 生	3	171.4	.
じゃがいもでん粉	3	33	.	じゃがいもでん粉	3	87	.				
さやえんどう 若ざや 生	3	36.26	.	さやえんどう 若ざや 生	3	95.6	.				
がんも煮				**がんも煮**				**炒り豆腐(大根葉)**			
だいず がんもどき	28	308	.	だいず がんもどき	28	812	.	だいず 木綿豆腐	50	2600	.
にんじん 根 冷凍	15	165	.	にんじん 根 冷凍	15	435	.	にんじん 根 冷凍	20	1040	.
車糖 上白糖	2	22	.	車糖 上白糖	2	58	.	だいこん類 だいこん 葉 生	5	288.9	.
日 まろやか醤油	3	33	.	日 まろやか醤油	3	87	.	調合油	1	52	.
だいこん類 だいこん 葉 生	5	61.11	.	だいこん類 だいこん 葉 生	5	161.1	.	日 まろやか醤油	4	208	.
								車糖 上白糖	2	104	.
いかのマヨ和え				**ツナマヨ和え(菜の花)**				**ツナマヨ和え(菜の花)**			
和種なばな 花らい・茎 生	50	550	.	和種なばな 花らい・茎 生	50	1450	.	和種なばな 花らい・茎 生	50	2600	.
いか類 するめいか 生	20	314.3	.	日 かつお水煮フレーク	15	435	.	日 かつお水煮フレーク	15	780	.
マヨネーズ 全卵型	8	88	.	マヨネーズ 全卵型	5	145	.	マヨネーズ 全卵型	5	260	.
ごま 乾	1	11	.								
小計				**小計**				**小計**			
kcal 624.0 kcal			食塩相当 1.9 g	kcal 483.0 kcal			食塩相当 1.8 g	kcal 323.0 kcal			食塩相当 1.4 g
蛋白質 31.0 g				蛋白質 27.9 g				蛋白質 22.1 g			
脂質 16.7 g				脂質 13.4 g				脂質 9.5 g			
合計				**合計**				**合計**			
kcal 1874.0 kcal			食塩相当 5.7 g	kcal 1489.0 kcal			食塩相当 5.8 g	kcal 1071.0 kcal			食塩相当 5.2 g
蛋白質 81.7 g				蛋白質 73.7 g				蛋白質 60.7 g			
脂質 48.8 g				脂質 44.4 g				脂質 33.6 g			

献　立　表

令和 8年10月 7日 (水)

常菜食

朝　予定人数 10人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	896	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	4	.

味噌汁(油揚げ)

だいず 油揚げ 生	5	50	.
はくさい 結球葉 生	40	425.5	.
葉ねぎ 葉 生	3	32.26	.
日 合わせ麦みそ	8	80	.
日 和Qだし	0.5	5	.

だし巻きたまご

日 だし巻きたまご	50	500	.

ささみ和え(ホウレンソウ)

ほうれんそう 葉 冷凍	40	400	.
にんじん 根 冷凍	10	100	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	15	157.9	.
日 まろやか醤油	2	20	.

牛乳

普通牛乳	200	2000	.

小計

kcal 566.0 kcal　食塩相当 2.0 g
蛋白質 24.6 g
脂質 15.1 g

昼　予定人数 7人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	627.2	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	2.8	.

豚肉と厚揚げの味噌炒め

日 豚肩ロース	80	560	.
日 料理酒	2	14	.
日 まろやか醤油	2	14	.
だいず 生揚げ	40	280	.
キャベツ 結球葉 生	30	247.1	.
青ピーマン 果実 生	20	164.7	.
赤ピーマン 果実 生	10	77.78	.
調合油	2	14	.
しょうが 根茎 生	1	8.75	.
日 合わせ麦みそ	8	56	.
日 まろやか醤油	2	14	.
みりん 本みりん	3	21	.
車糖 上白糖	1	7	.

カリフラワーかに風味あん

カリフラワー 花序 生	60	840	.
かに風味かまぼこ	10	70	.
日 まろやか醤油	3	21	.
みりん 本みりん	2	14	.
じゃがいもでん粉	1	7	.
グリンピース 冷凍	3	21	.

和風マリネ

わかめ 乾燥わかめ 素干し	2.5	17.5	.
ぶなしめじ 生	20	155.6	.
たまねぎ りん茎 生	20	148.9	.
日 かつお水煮フレーク	10	70	.
日 まろやか醤油	0.5	3.5	.
穀物酢	6	42	.
車糖 上白糖	3	21	.
調合油	3	21	.

オレンジ

オレンジ ネーブル 砂じょう 生	80	861.5	.

小計

kcal 760.0 kcal　食塩相当 2.4 g

軟菜食

朝　予定人数 29人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	8700	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	8.7	.

味噌汁(油揚げ)

だいず 油揚げ 生	5	145	.
はくさい 結球葉 生	40	1234	.
葉ねぎ 葉 生	3	93.55	.
日 合わせ麦みそ	8	232	.
日 和Qだし	0.5	14.5	.

だし巻きたまご

日 だし巻きたまご	50	1450	.

ささみ和え(ホウレンソウ)

ほうれんそう 葉 冷凍	40	1160	.
にんじん 根 冷凍	10	290	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	15	457.9	.
日 まろやか醤油	2	58	.

牛乳

普通牛乳	200	5800	.

小計

kcal 454.0 kcal　食塩相当 2.0 g
蛋白質 22.4 g
脂質 14.6 g

昼　予定人数 28人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	8400	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	8.4	.

豆腐肉味噌かけ

だいず 木綿豆腐	100	2800	.
日 鶏ミンチ	40	1120	.
たまねぎ りん茎 生	20	595.7	.
さやいんげん 若ざや 生	5	144.3	.
調合油	1	28	.
日 合わせ麦みそ	12	336	.
車糖 上白糖	5	140	.
みりん 本みりん	6	168	.

カリフラワーかに風味あん

カリフラワー 花序 生	60	3360	.
かに風味かまぼこ	10	280	.
日 まろやか醤油	3	84	.
みりん 本みりん	2	56	.
じゃがいもでん粉	1	28	.
グリンピース 冷凍	3	84	.

ツナマヨ和え(小松菜)

こまつな 葉 生	50	1647	.
日 かつお水煮フレーク	10	280	.
マヨネーズ 全卵型	5	140	.

グレープゼリー

グレープゼリーFeVC	50	1400	.

小計

kcal 532.0 kcal　食塩相当 2.1 g

五分菜食

朝　予定人数 50人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6000	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6500	.

味噌汁(白菜)

はくさい 結球葉 生	40	2128	.
日 合わせ麦みそ	8	400	.
日 和Qだし	0.5	25	.

だし巻きたまご

日 だし巻きたまご	50	2500	.

ささみ和え(ホウレンソウ)

ほうれんそう 葉 冷凍	40	2000	.
にんじん 根 冷凍	10	500	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	15	789.5	.
日 まろやか醤油	2	100	.

牛乳

普通牛乳	200	10000	.

小計

kcal 342.0 kcal　食塩相当 2.0 g
蛋白質 19.5 g
脂質 12.7 g

昼　予定人数 50人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	6000	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6500	.

豆腐肉味噌かけ

だいず 木綿豆腐	100	5000	.
日 鶏ミンチ	40	2000	.
たまねぎ りん茎 生	20	1064	.
さやいんげん 若ざや 生	5	257.7	.
調合油	1	50	.
日 合わせ麦みそ	12	600	.
車糖 上白糖	5	250	.
みりん 本みりん	6	300	.

カリフラワーかに風味あん

カリフラワー 花序 生	60	6000	.
かに風味かまぼこ	10	500	.
日 まろやか醤油	3	150	.
みりん 本みりん	2	100	.
じゃがいもでん粉	1	50	.
グリンピース 冷凍	3	150	.

ツナマヨ和え(小松菜)

こまつな 葉 生	50	2941	.
日 かつお水煮フレーク	10	500	.
マヨネーズ 全卵型	5	250	.

グレープゼリー

グレープゼリーFeVC	50	2500	.

小計

kcal 440.0 kcal　食塩相当 2.1 g

献　立　表

令和 8年10月 7日 (水)

常菜食				軟菜食				五分菜食			
蛋白質	32.4	g		蛋白質	26.6	g		蛋白質	25.0	g	
脂質	26.7	g		脂質	13.4	g		脂質	13.2	g	
夕	予定人数	8人	実施人数 0人	**夕**	予定人数	28人	実施人数 0人	**夕**	予定人数	48人	実施人数 0人
菜めし				**菜めし粥**				**五分粥**			
こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	716.8	.	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	8400	.	こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5760	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.2	.	乳カル酵素ファイバー	0.3	8.4	.	こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6240	.
菜めし	2	16	.	菜めし	2	56	.				
赤魚の酒蒸し				**赤魚の酒蒸し**				**赤魚の酒蒸し**			
日 赤魚	120	960	.	日 赤魚	60	1680	.	日 赤魚	60	2880	.
食塩	0.2	1.6	.	食塩	0.1	2.8	.	食塩	0.1	4.8	.
日 料理酒	8	64	.	日 料理酒	5	140	.	日 料理酒	5	240	.
えのきたけ 生	60	480	.	えのきたけ 生	30	840	.	たまねぎ りん茎 生	30	1532	.
たまねぎ りん茎 生	60	510.6	.	たまねぎ りん茎 生	30	893.6	.	日 まろやか醤油	5	240	.
日 まろやか醤油	10	80	.	日 まろやか醤油	5	140	.	みりん 本みりん	2	96	.
みりん 本みりん	5	40	.	みりん 本みりん	2	56	.	さやえんどう 若ざや 生	3	158.2	.
さやえんどう 若ざや 生	3	26.37	.	さやえんどう 若ざや 生	3	92.31	.				
蓮根炒めなます				**さつま芋の甘煮**				**さつま芋の甘煮**			
れんこん 根茎 生	50	400	.	さつまいも 塊根 皮むき 生	70	1960	.	さつまいも 塊根 皮むき 生	70	3360	.
にんじん 根 冷凍	20	160	.	車糖 上白糖	6	168	.	車糖 上白糖	6	288	.
きくらげ 乾	1	8	.								
だいず 油揚げ 生	5	40	.								
ごま 乾	2	16	.								
調合油	2	16	.								
穀物酢	6	48	.								
車糖 上白糖	4	32	.								
日 まろやか醤油	0.5	4	.								
わさび醤油あえ(白菜)				**ゆかり和え(白菜)**				**ゆかり和え(白菜)**			
はくさい 結球葉 生	60	510.6	.	はくさい 結球葉 生	50	1489	.	はくさい 結球葉 生	50	2553	.
生しいたけ 菌床栽培 生	10	100	.	にんじん 根 冷凍	10	280	.	にんじん 根 冷凍	10	480	.
わさび 練り	0.5	4	.	ゆかり	0.7	19.6	.	ゆかり	0.7	33.6	.
日 まろやか醤油	2.5	20	.								
小計				**小計**				**小計**			
kcal	616.0	kcal	食塩相当 2.8 g	kcal	413.0	kcal	食塩相当 2.0 g	kcal	307.0	kcal	食塩相当 1.1 g
蛋白質	33.3	g		蛋白質	16.8	g		蛋白質	14.2	g	
脂質	10.2	g		脂質	2.6	g		脂質	2.3	g	
合計				**合計**				**合計**			
kcal	1942.0	kcal	食塩相当 7.2 g	kcal	1399.0	kcal	食塩相当 6.1 g	kcal	1089.0	kcal	食塩相当 5.2 g
蛋白質	90.3	g		蛋白質	65.8	g		蛋白質	58.7	g	
脂質	52.0	g		脂質	30.6	g		脂質	28.2	g	

献　立　表

令和 8年10月 8日 (木)

常菜食

朝　予定人数 8人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	716.8	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.2	.

味噌汁(油揚げ)

だいず 油揚げ 生	5	40	.
ぶなしめじ 生	30	266.7	.
日 合わせ麦みそ	8	64	.
日 和Qだし	0.5	4	.

豆腐の卵とじ

鶏卵 全卵 生	50	470.6	.
キャベツ 結球葉 生	20	188.2	.
にんじん 根 冷凍	5	40	.
だいず ソフト豆腐	40	320	.
さやいんげん 若ざや 生	5	41.24	.
日 まろやか醤油	5	40	.
車糖 上白糖	3	24	.

青梗菜のお浸し(完)

日 チンゲンサイのお浸し	40	320	.

牛乳

普通牛乳	200	1600	.

小計

kcal 597.0 kcal　食塩相当 2.4 g
蛋白質 24.5 g
脂質 17.1 g

昼　予定人数 6人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	537.6	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	2.4	.

あじ蒲焼き

まあじ 皮つき、生	80	1067	.
日 料理酒	1	6	.
薄力粉 1等	2	12	.
調合油	8	48	.
日 まろやか醤油	8	48	.
みりん 本みりん	3	18	.
車糖 上白糖	4	24	.
ほうれんそう 葉 冷凍	30	180	.

梅冷奴(ネギ)

だいず 絹ごし豆腐	50	300	.
日 しそねり梅	3	18	.
葉ねぎ 葉 生	2	12.9	.

里芋味噌煮

さといも 球茎 生	60	423.5	.
にんじん 根 皮つき 生	10	61.86	.
さやいんげん 若ざや 生	5	30.93	.
日 合わせ麦みそ	4	24	.
車糖 上白糖	2	12	.
みりん 本みりん	1	6	.

リンゴ

りんご 皮むき 生	80	564.7	.

小計

kcal 642.0 kcal　食塩相当 2.0 g
蛋白質 27.3 g
脂質 14.8 g

夕　予定人数 6人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	537.6	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	2.4	.

軟菜食

朝　予定人数 30人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9000	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9	.

味噌汁(油揚げ)

だいず 油揚げ 生	5	150	.
ぶなしめじ 生	30	1000	.
日 合わせ麦みそ	8	240	.
日 和Qだし	0.5	15	.

豆腐の卵とじ

鶏卵 全卵 生	40	1412	.
キャベツ 結球葉 生	15	529.4	.
にんじん 根 冷凍	5	150	.
だいず ソフト豆腐	30	900	.
さやいんげん 若ざや 生	5	154.6	.
日 まろやか醤油	4	120	.
車糖 上白糖	2	60	.

青梗菜のお浸し(完)

日 チンゲンサイのお浸し	40	1200	.

牛乳

普通牛乳	200	6000	.

小計

kcal 460.0 kcal　食塩相当 2.3 g
蛋白質 20.4 g
脂質 15.3 g

昼　予定人数 29人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	8700	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	8.7	.

アジのおろし煮

まあじ 皮つき、生	60	3867	.
日 料理酒	3	87	.
じゃがいもでん粉	2	58	.
調合油	1	29	.
日 まろやか醤油	5	145	.
みりん 本みりん	4	116	.
だいこん 根 皮むき 生	50	1706	.
ほうれんそう 葉 冷凍	30	870	.

梅冷奴(ネギ)

だいず 絹ごし豆腐	50	1450	.
日 しそねり梅	3	87	.
葉ねぎ 葉 生	2	62.37	.

里芋味噌煮

さといも 球茎 生	60	2047	.
にんじん 根 皮つき 生	10	299	.
さやいんげん 若ざや 生	5	149.5	.
日 合わせ麦みそ	4	116	.
車糖 上白糖	2	58	.
みりん 本みりん	1	29	.

りんごダイス缶

りんご 缶詰	70	2030	.

小計

kcal 454.0 kcal　食塩相当 1.8 g
蛋白質 21.0 g
脂質 6.4 g

夕　予定人数 29人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	8700	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	8.7	.

五分菜食

朝　予定人数 48人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5760	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6240	.

味噌汁(茄子)

なす類 なす 果実 生	30	1600	.
日 合わせ麦みそ	8	384	.
日 和Qだし	0.5	24	.

豆腐の卵とじ

鶏卵 全卵 生	40	2259	.
キャベツ 結球葉 生	15	847.1	.
にんじん 根 冷凍	5	240	.
だいず ソフト豆腐	30	1440	.
さやいんげん 若ざや 生	5	247.4	.
日 まろやか醤油	4	192	.
車糖 上白糖	2	96	.

青梗菜のお浸し(完)

日 チンゲンサイのお浸し	40	1920	.

牛乳

普通牛乳	200	9600	.

小計

kcal 347.0 kcal　食塩相当 2.3 g
蛋白質 17.1 g
脂質 13.2 g

昼　予定人数 49人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5880	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6370	.

アジのおろし煮

まあじ 皮つき、生	60	6533	.
日 料理酒	3	147	.
じゃがいもでん粉	2	98	.
調合油	1	49	.
日 まろやか醤油	5	245	.
みりん 本みりん	4	196	.
だいこん 根 皮むき 生	50	2882	.
ほうれんそう 葉 冷凍	30	1470	.

梅冷奴(白菜)

だいず 絹ごし豆腐	50	2450	.
日 しそねり梅	3	147	.
はくさい 結球葉 生	10	521.3	.

里芋味噌煮

さといも 球茎 生	60	3459	.
にんじん 根 皮つき 生	10	505.2	.
さやいんげん 若ざや 生	5	252.6	.
日 合わせ麦みそ	4	196	.
車糖 上白糖	2	98	.
みりん 本みりん	1	49	.

りんごダイス缶

りんご 缶詰	70	3430	.

小計

kcal 362.0 kcal　食塩相当 1.8 g
蛋白質 19.5 g
脂質 6.2 g

夕　予定人数 48人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5760	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6240	.

献　立　表

令和 8年10月 8日 (木)

常菜食

メンチカツ

日 焼くメンチカツ(60g)	120	720	.
ブロッコリー 花序 生	30	360	.
食塩	0.1	0.6	.
ウスターソース	6	36	.

酢のもの(もずく)

もずく 塩蔵 塩抜き	50	300	.
きゅうり 果実 生	20	122.5	.
だいず 蒸し大豆 黄大豆	10	60	.
しょうが 根茎 生	2	15	.
穀物酢	6	36	.
車糖 上白糖	4	24	.
ごま 乾	0.5	3	.

人参金平

にんじん 根 冷凍	50	300	.
日 卵そぼろ	15	90	.
日 まろやか醤油	3	18	.
みりん 本みりん	2	12	.

小計

kcal	716.0	kcal	食塩相当	2.9	g
蛋白質	21.8	g			
脂質	24.4	g			

合計

kcal	1955.0	kcal	食塩相当	7.3	g
蛋白質	73.6	g			
脂質	56.3	g			

軟菜食

鶏団子と白菜中華風煮

はくさい 結球葉 生	70	2160	.
日 チキンボール(15g)	45	1305	.
さやいんげん 若ざや 生	5	149.5	.
調合油	1	29	.
日 まろやか醤油	3	87	.
日 風味豊かな中華だし	0.8	23.2	.
みりん 本みりん	2	58	.
車糖 上白糖	1	29	.
日 料理酒	2	58	.

カニマヨ和え(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)

ブロッコリー 花序 生	40	2320	.
かに風味かまぼこ	10	290	.
マヨネーズ 全卵型	5	145	.

人参金平

にんじん 根 冷凍	50	1450	.
日 卵そぼろ	15	435	.
日 まろやか醤油	3	87	.
みりん 本みりん	2	58	.

小計

kcal	414.0	kcal	食塩相当	1.8	g
蛋白質	14.2	g			
脂質	12.4	g			

合計

kcal	1328.0	kcal	食塩相当	5.9	g
蛋白質	55.6	g			
脂質	34.1	g			

五分菜食

鶏団子と白菜中華風煮

はくさい 結球葉 生	70	3574	.
日 チキンボール(15g)	45	2160	.
さやいんげん 若ざや 生	5	247.4	.
調合油	1	48	.
日 まろやか醤油	3	144	.
日 風味豊かな中華だし	0.8	38.4	.
みりん 本みりん	2	96	.
車糖 上白糖	1	48	.
日 料理酒	2	96	.

カニマヨ和え(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)

ブロッコリー 花序 生	40	3840	.
かに風味かまぼこ	10	480	.
マヨネーズ 全卵型	5	240	.

人参金平

にんじん 根 冷凍	50	2400	.
日 卵そぼろ	15	720	.
日 まろやか醤油	3	144	.
みりん 本みりん	2	96	.

小計

kcal	322.0	kcal	食塩相当	1.8	g
蛋白質	12.6	g			
脂質	12.2	g			

合計

kcal	1031.0	kcal	食塩相当	5.9	g
蛋白質	49.2	g			
脂質	31.6	g			

献　立　表

令和 8年10月 9日 (金)

常菜食

朝　予定人数 7人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	627.2	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	2.8	.

味噌汁(大根)

だいこん 根 皮むき 生	30	247.1	.
だいこん類 だいこん 葉 生	10	77.78	.
日 合わせ麦みそ	8	56	.
日 和Qだし	0.5	3.5	.

野菜大豆煮

日 野菜大豆煮	80	560	.

小松菜のお浸し

こまつな 葉 生	60	494.1	.
日 まろやか醤油	3	21	.

牛乳

普通牛乳	200	1400	.

小計

kcal 571.0 kcal　食塩相当 2.1 g
蛋白質 19.3 g
脂質 11.4 g

昼　予定人数 8人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	716.8	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.2	.

キッシュ風

鶏卵 全卵 生	50	470.6	.
ぶた ハム類 ロースハム	20	160	.
ほうれんそう 葉 冷凍	20	160	.
たまねぎ りん茎 生	20	170.2	.
普通牛乳	20	160	.
クリーム 植物性脂肪	5	40	.
食塩	0.2	1.6	.
シュレッドチーズ	10	80	.
日 バターフレーバーオイル	3	24	.
トマトケチャップ	10	80	.

キャベツのマリネ

キャベツ 結球葉 生	60	564.7	.
食塩	0.3	2.4	.
赤ピーマン 果実 生	10	88.89	.
青ピーマン 果実 生	10	94.12	.
むきえび	10	133.3	.
穀物酢	6	48	.
車糖 上白糖	1	8	.
調合油	2	16	.

ポテトカレー金平

じゃがいも 塊茎 生	40	355.6	.
にんじん 根 冷凍	10	80	.
ほんしめじ 生	20	200	.
調合油	2	16	.
食塩	0.4	3.2	.
カレー粉	0.15	1.2	.
パセリ 乾	0.01	0.08	.

パイン

パインアップル 生	80	1164	.

小計

kcal 673.0 kcal　食塩相当 2.3 g
蛋白質 24.2 g

軟菜食

朝　予定人数 30人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9000	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9	.

味噌汁(大根)

だいこん 根 皮むき 生	30	1059	.
だいこん類 だいこん 葉 生	10	333.3	.
日 合わせ麦みそ	8	240	.
日 和Qだし	0.5	15	.

野菜大豆煮

日 野菜大豆煮	80	2400	.

小松菜のお浸し

こまつな 葉 生	60	2118	.
日 まろやか醤油	3	90	.

牛乳

普通牛乳	200	6000	.

小計

kcal 459.0 kcal　食塩相当 2.1 g
蛋白質 17.1 g
脂質 10.9 g

昼　予定人数 28人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	8400	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	8.4	.

キッシュ風

鶏卵 全卵 生	50	1647	.
ぶた ハム類 ロースハム	20	560	.
ほうれんそう 葉 冷凍	20	560	.
たまねぎ りん茎 生	20	595.7	.
普通牛乳	20	560	.
クリーム 植物性脂肪	5	140	.
食塩	0.2	5.6	.
シュレッドチーズ	10	280	.
日 バターフレーバーオイル	3	84	.
トマトケチャップ	10	280	.

ツナ和え(キャベツ)

キャベツ 結球葉 生	50	1647	.
日 かつお水煮フレーク	15	420	.
日 まろやか醤油	3	84	.

ポテトカレー金平

じゃがいも 塊茎 生	40	1244	.
にんじん 根 冷凍	10	280	.
ほんしめじ 生	20	700	.
調合油	2	56	.
食塩	0.4	11.2	.
カレー粉	0.15	4.2	.
パセリ 乾	0.01	0.28	.

ラ・フランスゼリー

ラ・フランスゼリー	50	1400	.

小計

kcal 535.0 kcal　食塩相当 2.5 g
蛋白質 22.3 g

五分菜食

朝　予定人数 48人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5760	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6240	.

味噌汁(大根)

だいこん 根 皮むき 生	30	1694	.
だいこん類 だいこん 葉 生	10	533.3	.
日 合わせ麦みそ	8	384	.
日 和Qだし	0.5	24	.

高野煮

だいず 凍り豆腐 乾	12	576	.
にんじん 根 冷凍	10	480	.
さやいんげん 若ざや 生	5	247.4	.
車糖 上白糖	2	96	.
日 まろやか醤油	5	240	.

小松菜のお浸し

こまつな 葉 生	60	3388	.
日 まろやか醤油	3	144	.

牛乳

普通牛乳	200	9600	.

小計

kcal 336.0 kcal　食塩相当 2.1 g
蛋白質 17.4 g
脂質 12.3 g

昼　予定人数 47人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5640	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	6110	.

キッシュ風(鶏)

鶏卵 全卵 生	50	2765	.
日 鶏ミンチ	30	1410	.
ほうれんそう 葉 冷凍	20	940	.
たまねぎ りん茎 生	20	1000	.
普通牛乳	20	940	.
クリーム 植物性脂肪	5	235	.
食塩	0.5	23.5	.
日 バターフレーバーオイル	3	141	.
トマトケチャップ	10	470	.

ツナ和え(キャベツ)

キャベツ 結球葉 生	50	2765	.
日 かつお水煮フレーク	15	705	.
日 まろやか醤油	3	141	.

ポテト塩きんぴら

じゃがいも 塊茎 生	50	2611	.
にんじん 根 冷凍	10	470	.
日 バターフレーバーオイル	2	94	.
食塩	0.4	18.8	.
あおのり 素干し	0.01	0.47	.

ラ・フランスゼリー

ラ・フランスゼリー	50	2350	.

小計

kcal 411.0 kcal　食塩相当 2.0 g
蛋白質 20.8 g

献　立　表

令和 8年10月 9日 (金)

常菜食

脂質 21.7 g

夕 予定人数 8人 実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	716.8	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.2	.

さばみそ煮

さば類 まさば 生	80	1280	.
日 料理酒	1	8	.
車糖 上白糖	5	40	.
みりん 本みりん	4	32	.
日 合わせ麦みそ	10	80	.
しょうが 根茎 生	1	10	.
根深ねぎ 葉 軟白 生	20	266.7	.
花形人参	12	96	.

平こんと厚揚げ煮

板こんにゃく 精粉こんにゃく	40	320	.
だいず 生揚げ	30	240	.
さやいんげん 若ざや 生	5	41.24	.
車糖 上白糖	2	16	.
日 まろやか醤油	5	40	.
らっかせい いり 大粒種	5	57.14	.

酢のもの(もやし)

ブラックマッペもやし 生	50	404	.
きゅうり 果実 生	10	81.63	.
赤ピーマン 果実 生	5	44.44	.
ひじき ほしひじき ｽﾃﾝﾚｽ釜 乾	1.5	12	.
穀物酢	6	48	.
車糖 上白糖	4	32	.

小計

kcal 660.0 kcal　食塩相当 1.9 g
蛋白質 29.8 g
脂質 20.6 g

合計

kcal 1904.0 kcal　食塩相当 6.3 g
蛋白質 73.3 g
脂質 53.7 g

軟菜食

脂質 19.2 g

夕 予定人数 31人 実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9300	.

味噌煮魚(タラ)

すけとうだら 生	60	5314	.
日 料理酒	2	62	.
車糖 上白糖	4	124	.
みりん 本みりん	3	93	.
日 合わせ麦みそ	8	248	.
花形人参	12	372	.

炒り豆腐(ホウレンソウ)

だいず 木綿豆腐	50	1550	.
たまねぎ りん茎 生	10	329.8	.
ほうれんそう 葉 冷凍	20	620	.
鶏卵 全卵 生	10	364.7	.
日 まろやか醤油	5	155	.
車糖 上白糖	2	62	.

酢のもの(もやし)

ブラックマッペもやし 生	50	1566	.
きゅうり 果実 生	10	316.3	.
赤ピーマン 果実 生	5	172.2	.
ひじき ほしひじき ｽﾃﾝﾚｽ釜 乾	1.5	46.5	.
穀物酢	6	186	.
車糖 上白糖	4	124	.

小計

kcal 386.0 kcal　食塩相当 1.8 g
蛋白質 21.8 g
脂質 4.9 g

合計

kcal 1380.0 kcal　食塩相当 6.4 g
蛋白質 61.2 g
脂質 35.0 g

五分菜食

脂質 15.3 g

夕 予定人数 46人 実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5520	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5980	.

味噌煮魚(タラ)

すけとうだら 生	60	7886	.
日 料理酒	2	92	.
車糖 上白糖	4	184	.
みりん 本みりん	3	138	.
日 合わせ麦みそ	8	368	.
花形人参	12	552	.

炒り豆腐(ホウレンソウ)

だいず 木綿豆腐	50	2300	.
たまねぎ りん茎 生	10	489.4	.
ほうれんそう 葉 冷凍	20	920	.
鶏卵 全卵 生	10	541.2	.
日 まろやか醤油	5	230	.
車糖 上白糖	2	92	.

ささみ和え(なす)

なす類 なす 果実 生	40	2044	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	10	484.2	.
日 まろやか醤油	2	92	.

小計

kcal 281.0 kcal　食塩相当 1.9 g
蛋白質 21.8 g
脂質 4.8 g

合計

kcal 1028.0 kcal　食塩相当 6.0 g
蛋白質 60.0 g
脂質 32.4 g

献　立　表

令和 8年10月10日 (土)

常菜食

朝　予定人数 8人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	716.8	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.2	.

味噌汁(油揚げ)

だいず 油揚げ 生	5	40	.
キャベツ 結球葉 生	30	282.4	.
さやいんげん 若ざや 生	5	41.24	.
日 合わせ麦みそ	8	64	.
日 和Qだし	0.5	4	.

小松菜の卵とじ

たまねぎ りん茎 生	50	425.5	.
こまつな 葉 生	20	188.2	.
調合油	1	8	.
日 まろやか醤油	5	40	.
みりん 本みりん	3	24	.
鶏卵 全卵 生	50	470.6	.

モロヘイヤのお浸し(完)

日 モロヘイヤのお浸し	50	400	.

牛乳

牛乳	200	1600	.

小計

kcal 609.0 kcal　食塩相当 2.6 g
蛋白質 23.5 g
脂質 17.0 g

昼　予定人数 7人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	627.2	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	2.8	.

塩こうじ焼き(赤魚)

日 赤魚	120	840	.
日 液体塩こうじ	8	56	.
調合油	2	14	.
きんとき フジッコ ソフトデリ	20	140	.
さやいんげん 若ざや 生	20	144.3	.
食塩	0.1	0.7	.

刻み昆布煮(がんも)

こんぶ類 刻み昆布	2.5	17.5	.
だいず がんもどき	12	84	.
にんじん 根 冷凍	15	105	.
生しいたけ 菌床栽培 生	10	87.5	.
日 まろやか醤油	4	28	.
車糖 上白糖	1	7	.
みりん 本みりん	1	7	.
さやえんどう 若ざや 生	3	23.08	.

ピーナツ和え(白菜)

はくさい 結球葉 生	50	372.3	.
ぶなしめじ 生	20	155.6	.
らっかせい いり 大粒種	5	50	.
日 まろやか醤油	2	14	.

リンゴ

りんご 皮むき 生	80	658.8	.

小計

kcal 621.0 kcal　食塩相当 2.3 g
蛋白質 33.1 g
脂質 12.0 g

夕　予定人数 7人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

軟菜食

朝　予定人数 31人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9300	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9.3	.

味噌汁(油揚げ)

だいず 油揚げ 生	5	155	.
キャベツ 結球葉 生	30	1094	.
さやいんげん 若ざや 生	5	159.8	.
日 合わせ麦みそ	8	248	.
日 和Qだし	0.5	15.5	.

小松菜の卵とじ

たまねぎ りん茎 生	40	1319	.
こまつな 葉 生	20	729.4	.
調合油	1	31	.
日 まろやか醤油	5	155	.
みりん 本みりん	2	62	.
鶏卵 全卵 生	40	1459	.

モロヘイヤのお浸し(完)

日 モロヘイヤのお浸し	50	1550	.

牛乳

牛乳	200	6200	.

小計

kcal 477.0 kcal　食塩相当 2.6 g
蛋白質 20.0 g
脂質 15.4 g

昼　予定人数 31人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9300	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9.3	.

塩こうじ焼き(赤魚)

日 赤魚	60	1860	.
日 液体塩こうじ	4	124	.
調合油	1	31	.
きんとき フジッコ ソフトデリ	20	620	.
さやいんげん 若ざや 生	20	639.2	.
食塩	0.1	3.1	.

かぶ煮

かぶ 根 皮むき 生	60	2188	.
だいこん類 だいこん 葉 生	10	344.4	.
日 まろやか醤油	4	124	.
みりん 本みりん	2	62	.

菜種サラダ(白菜)

はくさい 結球葉 生	40	1319	.
にんじん 根 冷凍	10	310	.
日 卵そぼろ	15	465	.
マヨネーズ 全卵型	5	155	.
食塩	0.1	3.1	.

りんごダイス缶

りんご 缶詰	70	2170	.

小計

kcal 441.0 kcal　食塩相当 1.4 g
蛋白質 17.9 g
脂質 8.5 g

夕　予定人数 31人　実施人数 0人

全粥

五分菜食

朝　予定人数 46人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5520	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5980	.

味噌汁(キャベツ)

キャベツ 結球葉 生	30	1624	.
さやいんげん 若ざや 生	5	237.1	.
日 合わせ麦みそ	8	368	.
日 和Qだし	0.5	23	.

小松菜の卵とじ

たまねぎ りん茎 生	40	1957	.
こまつな 葉 生	20	1082	.
調合油	1	46	.
日 まろやか醤油	5	230	.
みりん 本みりん	2	92	.
鶏卵 全卵 生	40	2165	.

モロヘイヤのお浸し(完)

日 モロヘイヤのお浸し	50	2300	.

牛乳

牛乳	200	9200	.

小計

kcal 366.0 kcal　食塩相当 2.6 g
蛋白質 17.2 g
脂質 13.5 g

昼　予定人数 45人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5400	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5850	.

塩こうじ蒸し(赤魚)

日 赤魚	60	2700	.
日 液体塩こうじ	4	180	.
さやいんげん 若ざや 生	20	927.8	.
食塩	0.1	4.5	.

かぶ煮

かぶ 根 皮むき 生	60	3176	.
だいこん類 だいこん 葉 生	10	500	.
日 まろやか醤油	4	180	.
みりん 本みりん	2	90	.

菜種サラダ(白菜)

はくさい 結球葉 生	40	1915	.
にんじん 根 冷凍	10	450	.
日 卵そぼろ	15	675	.
マヨネーズ 全卵型	5	225	.
食塩	0.1	4.5	.

りんごダイス缶

りんご 缶詰	70	3150	.

小計

kcal 308.0 kcal　食塩相当 1.4 g
蛋白質 15.0 g
脂質 7.2 g

夕　予定人数 46人　実施人数 0人

五分粥

献　立　表

令和 8年10月10日 (土)

常菜食				軟菜食				五分菜食			
こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	627.2	.	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9300	.	こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5520	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	2.8	.	乳カル酵素ファイバー	0.3	9.3	.	こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5980	.
鶏つくね風				**鶏つくね風**				**豆腐入りつくね風**			
日 鶏ミンチ	80	560	.	日 鶏ミンチ	80	2480	.	日 鶏ミンチ	40	1840	.
だいず 木綿豆腐	20	140	.	だいず 木綿豆腐	20	620	.	だいず 木綿豆腐	50	2300	.
たまねぎ りん茎 生	20	148.9	.	たまねぎ りん茎 生	20	659.6	.	たまねぎ りん茎 生	10	489.4	.
葉ねぎ 葉 生	5	37.63	.	葉ねぎ 葉 生	5	166.7	.	いんげんまめ 全粒 乾	5	230	.
生しいたけ 菌床栽培 生	5	43.75	.	生しいたけ 菌床栽培 生	5	193.8	.	鶏卵 全卵 生	10	541.2	.
鶏卵 全卵 生	5	41.18	.	鶏卵 全卵 生	5	182.4	.	食塩	0.5	23	.
しょうが 根茎 生	1	8.75	.	しょうが 根茎 生	1	38.75	.	じゃがいもでん粉	3	138	.
食塩	0.5	3.5	.	食塩	0.5	15.5	.	調合油	2	92	.
じゃがいもでん粉	2	14	.	じゃがいもでん粉	2	62	.	日 まろやか醤油	4	184	.
調合油	2	14	.	調合油	2	62	.	車糖 上白糖	3	138	.
日 まろやか醤油	4	28	.	日 まろやか醤油	4	124	.	みりん 本みりん	1	46	.
車糖 上白糖	3	21	.	車糖 上白糖	3	93	.	じゃがいもでん粉	0.5	23	.
みりん 本みりん	1	7	.	みりん 本みりん	1	31	.				
じゃがいもでん粉	0.5	3.5	.	じゃがいもでん粉	0.5	15.5	.				
きのこあえ				**ホタテ和え(ﾎｳﾚﾝｿｳ)**				**ホタテ和え(ﾎｳﾚﾝｿｳ)**			
ほうれんそう 葉 冷凍	50	350	.	ほうれんそう 葉 冷凍	50	1550	.	ほうれんそう 葉 冷凍	50	2300	.
ぶなしめじ 生	10	77.78	.	ほたてがい 水煮	10	775	.	ほたてがい 水煮	10	1150	.
なめこ 水煮缶詰	10	70	.	日 まろやか醤油	3	93	.	日 まろやか醤油	3	138	.
日 まろやか醤油	3	21	.								
南瓜レモン煮				**南瓜レモン煮**				**南瓜レモン煮**			
西洋かぼちゃ 果実 冷凍	56	392	.	西洋かぼちゃ 果実 冷凍	56	1736	.	西洋かぼちゃ 果実 冷凍	60	2760	.
レモン 果汁 生	5	35	.	レモン 果汁 生	5	155	.	レモン 果汁 生	5	230	.
車糖 上白糖	7	49	.	車糖 上白糖	7	217	.	車糖 上白糖	7	322	.
小計				**小計**				**小計**			
kcal 574.0 kcal		食塩相当	1.5 g	kcal 468.0 kcal		食塩相当	1.6 g	kcal 366.0 kcal		食塩相当	1.5 g
蛋白質 28.6 g				蛋白質 27.8 g				蛋白質 21.2 g			
脂質 9.5 g				脂質 9.1 g				脂質 8.7 g			
合計				**合計**				**合計**			
kcal 1804.0 kcal		食塩相当	6.4 g	kcal 1386.0 kcal		食塩相当	5.6 g	kcal 1040.0 kcal		食塩相当	5.5 g
蛋白質 85.2 g				蛋白質 65.7 g				蛋白質 53.4 g			
脂質 38.5 g				脂質 33.0 g				脂質 29.4 g			

献　立　表

令和 8年10月11日 (日)

常菜食

朝　予定人数 7人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	627.2	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	2.8	.

味噌汁(厚揚げ)

だいず 生揚げ	50	350	.
なす類 なす 果実 生	20	155.6	.
さやいんげん 若ざや 生	5	36.08	.
日 合わせ麦みそ	8	56	.
日 和Qだし	0.5	3.5	.

はんぺん野菜煮

はんぺん	30	210	.
はくさい 結球葉 生	70	521.3	.
にんじん 根 冷凍	15	105	.
日 まろやか醤油	4	28	.
みりん 本みりん	3	21	.

青梗菜のお浸し(完)

日 チンゲンサイのお浸し	50	350	.

牛乳

普通牛乳	200	1400	.

小計

kcal 586.0 kcal　食塩相当 2.7 g
蛋白質 23.4 g
脂質 15.0 g

昼　予定人数 7人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	627.2	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	2.8	.

ポークチャップ

日 豚肩ロース	100	700	.
食塩	0.5	3.5	.
こしょう 黒 粉	0.01	0.07	.
薄力粉 1等	3	21	.
たまねぎ りん茎 生	50	372.3	.
ほんしめじ 生	20	175	.
にんじん 根 冷凍	10	70	.
マッシュルーム 水煮缶詰	15	105	.
調合油	3	21	.
赤ワイン	3	21	.
トマトケチャップ	14	98	.
ウスターソース	5	35	.
車糖 上白糖	2.5	17.5	.
日 風味豊かなコンソメ	1.2	8.4	.
グリンピース 冷凍	3	21	.

冬瓜かに風味あんかけ

とうがん 果実 生	70	700	.
かに風味かまぼこ	10	70	.
日 まろやか醤油	4	28	.
みりん 本みりん	3	21	.
じゃがいもでん粉	2	14	.

拌三糸

はるさめ 緑豆はるさめ 乾	3	21	.
きゅうり 果実 生	30	214.3	.
日 錦糸玉子	15	105	.
穀物酢	6	42	.
車糖 上白糖	4	28	.

バナナ

バナナ 生	45	525	.

小計

kcal 779.0 kcal　食塩相当 2.6 g
蛋白質 29.0 g

軟菜食

朝　予定人数 31人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9300	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9.3	.

味噌汁(厚揚げ)

だいず 生揚げ	50	1550	.
なす類 なす 果実 生	20	688.9	.
さやいんげん 若ざや 生	5	159.8	.
日 合わせ麦みそ	8	248	.
日 和Qだし	0.5	15.5	.

はんぺん野菜煮

はんぺん	20	620	.
はくさい 結球葉 生	50	1649	.
にんじん 根 冷凍	10	310	.
日 まろやか醤油	3	93	.
みりん 本みりん	2	62	.

青梗菜のお浸し(完)

日 チンゲンサイのお浸し	50	1550	.

牛乳

普通牛乳	200	6200	.

小計

kcal 458.0 kcal　食塩相当 2.4 g
蛋白質 19.9 g
脂質 14.4 g

昼　予定人数 31人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9300	.

チキンボール(トマト)

日 チキンボール(15g)	60	1860	.
たまねぎ りん茎 生	20	659.6	.
にんじん 根 冷凍	10	310	.
日 バターフレーバーオイル	1	31	.
トマトケチャップ	10	310	.
車糖 上白糖	2	62	.
日 風味豊かなコンソメ	1.2	37.2	.
食塩	0.2	6.2	.
じゃがいもでん粉	2	62	.
グリンピース 冷凍	3	93	.

冬瓜かに風味あんかけ

とうがん 果実 生	70	3100	.
かに風味かまぼこ	10	310	.
日 まろやか醤油	4	124	.
みりん 本みりん	3	93	.
じゃがいもでん粉	2	62	.

春雨サラダ

はるさめ 緑豆はるさめ 乾	3	93	.
さやいんげん 若ざや 生	20	639.2	.
日 錦糸玉子	10	310	.
マヨネーズ 全卵型	5	155	.
食塩	0.1	3.1	.

バナナ

バナナ 生	45	2325	.

小計

kcal 505.0 kcal　食塩相当 2.2 g
蛋白質 14.3 g

五分菜食

朝　予定人数 46人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5520	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5980	.

味噌汁(豆腐)

だいず ソフト豆腐	50	2300	.
なす類 なす 果実 生	20	1022	.
さやいんげん 若ざや 生	5	237.1	.
日 合わせ麦みそ	8	368	.
日 和Qだし	0.5	23	.

はんぺん野菜煮

はんぺん	20	920	.
はくさい 結球葉 生	50	2447	.
にんじん 根 冷凍	10	460	.
日 まろやか醤油	3	138	.
みりん 本みりん	2	92	.

青梗菜のお浸し(完)

日 チンゲンサイのお浸し	50	2300	.

牛乳

普通牛乳	200	9200	.

小計

kcal 322.0 kcal　食塩相当 2.4 g
蛋白質 15.5 g
脂質 10.2 g

昼　予定人数 46人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5520	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5980	.

チキンボール(トマト)

日 チキンボール(15g)	60	2760	.
たまねぎ りん茎 生	20	978.7	.
にんじん 根 冷凍	10	460	.
日 バターフレーバーオイル	1	46	.
トマトケチャップ	10	460	.
車糖 上白糖	2	92	.
日 風味豊かなコンソメ	1.2	55.2	.
食塩	0.2	9.2	.
じゃがいもでん粉	2	92	.
グリンピース 冷凍	3	138	.

冬瓜かに風味あんかけ

とうがん 果実 生	70	4600	.
かに風味かまぼこ	10	460	.
日 まろやか醤油	4	184	.
みりん 本みりん	3	138	.
じゃがいもでん粉	2	92	.

春雨サラダ

はるさめ 緑豆はるさめ 乾	3	138	.
さやいんげん 若ざや 生	20	948.5	.
日 錦糸玉子	10	460	.
マヨネーズ 全卵型	5	230	.
食塩	0.1	4.6	.

バナナ

バナナ 生	45	3450	.

小計

kcal 413.0 kcal　食塩相当 2.2 g
蛋白質 12.7 g

献　立　表

令和 8年10月11日 (日)

常菜食				軟菜食				五分菜食			
脂質 24.6 g				脂質 13.7 g				脂質 13.5 g			
夕 予定人数 7人 実施人数 0人				夕 予定人数 31人 実施人数 0人				夕 予定人数 46人 実施人数 0人			
米飯 コメ 90g				**全粥**				**五分粥**			
こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	627.2	.	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9300	.	こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5520	.
乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.4	2.8	.	乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.3	9.3	.	こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5980	.
磯香揚げ				**焼豆腐卵あんかけ**				**豆腐卵あんかけ**			
えび類 さくらえび 素干し	4	28	.	木綿豆腐	100	3100	.	木綿豆腐	100	4600	.
焼き竹輪	20	140	.	じゃがいもでん粉	2	62	.	鶏卵 全卵 生	25	1353	.
わかめ 乾燥わかめ 素干し	3	21	.	調合油	4	124	.	たまねぎ りん茎 生	20	978.7	.
アスパラガス 若茎 生	30	262.5	.	鶏卵 全卵 生	25	911.8	.	にんじん 根 冷凍	10	460	.
天ぷら粉	20	140	.	たまねぎ りん茎 生	20	659.6	.	日 まろやか醤油	7	322	.
調合油	10	70	.	にんじん 根 冷凍	10	310	.	みりん 本みりん	4	184	.
日 まろやか醤油	4	28	.	日 まろやか醤油	7	217	.	じゃがいもでん粉	2	92	.
				みりん 本みりん	4	124	.				
				じゃがいもでん粉	2	62	.				
レタスサラダ(豆腐)				**おろし和え(小松菜)**				**おろし和え(小松菜)**			
レタス 土耕栽培 結球葉 生	30	214.3	.	だいこん 根 皮むき 生	30	1094	.	だいこん 根 皮むき 生	30	1624	.
だいこん 根 皮むき 生	10	82.35	.	こまつな 葉 生	20	729.4	.	こまつな 葉 生	20	1082	.
だいず ソフト豆腐	20	140	.	かに風味かまぼこ	15	465	.	かに風味かまぼこ	15	690	.
＊ノンオイルおろししょうゆ	8	56	.	日 まろやか醤油	3	93	.	日 まろやか醤油	3	138	.
さつま芋ミルク煮				**さつま芋ミルク煮**				**さつま芋ミルク煮**			
さつまいも 塊根 皮むき 生	70	490	.	さつまいも 塊根 皮むき 生	70	2170	.	さつまいも 塊根 皮むき 生	70	3220	.
普通牛乳	20	140	.	普通牛乳	20	620	.	普通牛乳	20	920	.
車糖 上白糖	4	28	.	車糖 上白糖	4	124	.	車糖 上白糖	4	184	.
小計				**小計**				**小計**			
kcal 648.0 kcal		食塩相当	2.0 g	kcal 517.0 kcal		食塩相当	1.4 g	kcal 383.0 kcal		食塩相当	1.4 g
蛋白質 16.6 g				蛋白質 18.2 g				蛋白質 16.6 g			
脂質 13.4 g				脂質 12.8 g				脂質 8.6 g			
合計				**合計**				**合計**			
kcal 2013.0 kcal		食塩相当	7.3 g	kcal 1480.0 kcal		食塩相当	6.0 g	kcal 1118.0 kcal		食塩相当	6.0 g
蛋白質 69.0 g				蛋白質 52.4 g				蛋白質 44.8 g			
脂質 53.0 g				脂質 40.9 g				脂質 32.3 g			

献　立　表

令和 8年10月12日（月）

常菜食				軟菜食				五分菜食			
朝	予定人数 8人		実施人数 0人	**朝**	予定人数 32人		実施人数 0人	**朝**	予定人数 46人		実施人数 0人
米飯　コメ　90g				**全粥**				**五分粥**			
こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	716.8		こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9600		こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5520	
乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.4	3.2		乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.3	9.6		こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5980	
味噌汁（油揚げ）				**味噌汁（油揚げ）**				**味噌汁（白菜）**			
だいず 油揚げ 生	5	40		だいず 油揚げ 生	5	160		はくさい 結球葉 生	30	1468	
はくさい 結球葉 生	30	255.3		はくさい 結球葉 生	30	1021		さやいんげん 若ざや 生	5	237.1	
さやいんげん 若ざや 生	5	41.24		さやいんげん 若ざや 生	5	165		日 合わせ麦みそ	8	368	
日 合わせ麦みそ	8	64		日 合わせ麦みそ	8	256		日 和Qだし	0.5	23	
日 和Qだし	0.5	4		日 和Qだし	0.5	16					
＊プレーンオムレツ				**＊プレーンオムレツ**				**＊プレーンオムレツ**			
日 プレーンオムレツ(50g)	50	400		日 プレーンオムレツ(50g)	50	1600		日 プレーンオムレツ(50g)	50	2300	
トマトケチャップ	6	48		トマトケチャップ	6	192		トマトケチャップ	6	276	
オクラのお浸し				**ｶﾘﾌﾗﾜｰのお浸し**				**ｶﾘﾌﾗﾜｰのお浸し**			
オクラ 果実 生	50	470.6		カリフラワー 花序 生	40	2560		カリフラワー 花序 生	40	3680	
日 まろやか醤油	3	24		日 まろやか醤油	3	96		日 まろやか醤油	3	138	
牛乳				**牛乳**				**牛乳**			
牛乳	200	1600		牛乳	200	6400		普通牛乳	200	9200	
小計				**小計**				**小計**			
kcal 562.0 kcal		食塩相当	2.2 g	kcal 448.0 kcal		食塩相当	2.2 g	kcal 337.0 kcal		食塩相当	2.2 g
蛋白質 18.7 g				蛋白質 16.6 g				蛋白質 13.8 g			
脂質 15.6 g				脂質 15.0 g				脂質 13.1 g			
昼	予定人数 7人		実施人数 0人	**昼**	予定人数 32人		実施人数 0人	**昼**	予定人数 45人		実施人数 0人
米飯　コメ　90g				**全粥**				**五分粥**			
こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	627.2		こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9600		こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5400	
乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.4	2.8		乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.3	9.6		こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5850	
鶏肉甘酢あん				**鶏肉野菜蒸し**				**鶏肉野菜蒸し**			
若鶏肉 もも 皮つき 生 にわとり	90	630		日 若鶏小間肉	60	1920		日 若鶏小間肉	40	1800	
食塩	0.3	2.1		食塩	0.5	16		食塩	0.3	13.5	
薄力粉 1等	3	21		にんじん 根 冷凍	15	480		にんじん 根 冷凍	15	675	
調合油	9	63		さやいんげん 若ざや 生	10	329.9		さやいんげん 若ざや 生	10	463.9	
ブラックマッペもやし 生	40	282.8		日 和Qだし	0.5	16		日 和Qだし	0.5	22.5	
生しいたけ 菌床栽培 生	15	131.3		食塩	0.5	16		食塩	0.5	22.5	
にんじん 根 冷凍	20	140		日 バターフレーバーオイル	2	64		日 バターフレーバーオイル	2	90	
青ピーマン 果実 生	15	123.5									
しょうが 根茎 生	1	8.75									
車糖 上白糖	4	28									
穀物酢	5	35									
日 まろやか醤油	8	56									
じゃがいもでん粉	1	7									
ひじきと豆腐のサラダ				**ﾌﾞﾛｯｺﾘｰと豆腐のサラダ**				**ﾌﾞﾛｯｺﾘｰと豆腐のサラダ**			
だいず ソフト豆腐	50	350		ブロッコリー 花序 生	30	1920		ブロッコリー 花序 生	30	2700	
きゅうり 果実 生	10	71.43		だいず ソフト豆腐	30	960		だいず ソフト豆腐	30	1350	
たまねぎ りん茎 生	10	74.47		たまねぎ りん茎 生	10	340.4		たまねぎ りん茎 生	10	478.7	
赤ピーマン 果実 生	5	38.89		マヨネーズ 全卵型	5	160		マヨネーズ 全卵型	5	225	
ひじき ほしひじき ｽﾃﾝﾚｽ釜 乾	0.5	3.5									
＊ノンオイル青じそ	6	42									
コンソメスープ(ｷｬﾍﾞﾂ)				**コンソメスープ(ｷｬﾍﾞﾂ)**				**コンソメスープ(ｷｬﾍﾞﾂ)**			
キャベツ 結球葉 生	40	329.4		キャベツ 結球葉 生	40	1506		キャベツ 結球葉 生	40	2118	
ほたてがい 水煮	5	87.5		ほたてがい 水煮	5	400		ほたてがい 水煮	5	562.5	
さやえんどう 若ざや 生	5	38.46		さやえんどう 若ざや 生	5	175.8		さやえんどう 若ざや 生	5	247.3	
日 風味豊かなコンソメ	2	14		日 風味豊かなコンソメ	2	64		日 風味豊かなコンソメ	2	90	
食塩	0.2	1.4		食塩	0.2	6.4		食塩	0.2	9	
パイン				**ラ・フランスゼリー**				**ラ・フランスゼリー**			
パインアップル 生	80	1018		ラ・フランスゼリー	50	1600		ラ・フランスゼリー	50	2250	
小計				**小計**				**小計**			
kcal 715.0 kcal		食塩相当	2.4 g	kcal 459.0 kcal		食塩相当	2.1 g	kcal 329.0 kcal		食塩相当	1.9 g
蛋白質 28.1 g				蛋白質 18.8 g				蛋白質 13.8 g			
脂質 24.7 g				脂質 16.1 g				脂質 13.1 g			
夕	予定人数 7人		実施人数 0人	**夕**	予定人数 32人		実施人数 0人	**夕**	予定人数 44人		実施人数 0人

献　立　表

令和 8年10月12日（月）

常菜食				軟菜食				五分菜食			
米飯　コメ　90g				**全粥**				**五分粥**			
こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	627.2	.	こめ　水稲全かゆ　精白米	300	9600	.	こめ　水稲全かゆ　精白米	120	5280	.
乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.4	2.8	.	乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.3	9.6	.	こめ　水稲おもゆ　精白米	130	5720	.
アジの香味焼き				**なたね焼き(ｱﾌﾞﾗｶﾚｲ)**				**なたね焼き(ｱﾌﾞﾗｶﾚｲ)**			
まあじ　皮つき、生	80	1244	.	日 あぶらかれい	60	1920	.	日 あぶらかれい	60	2640	.
日 料理酒	1	7	.	日 料理酒	2	64	.	日 料理酒	2	88	.
食塩	0.3	2.1	.	食塩	0.1	3.2	.	食塩	0.1	4.4	.
にら　葉　生	10	73.68	.	じゃがいもでん粉	1	32	.	じゃがいもでん粉	1	44	.
にんにく りん茎　生	1	7.69	.	鶏卵　全卵　生	20	752.9	.	鶏卵　全卵　生	20	1035	.
しょうが　根茎　生	1	8.75	.	調合油	1	32	.	調合油	1	44	.
日 まろやか醤油	4	28	.	日 まろやか醤油	4	128	.	日 まろやか醤油	4	176	.
ごま油	2	14	.	みりん　本みりん	2	64	.	みりん　本みりん	2	88	.
黄ピーマン　果実　生	15	116.7	.	じゃがいもでん粉	2	64	.	じゃがいもでん粉	2	88	.
赤ピーマン　果実　生	15	116.7	.	さやえんどう　若ざや　生	3	105.5	.	さやえんどう　若ざや　生	3	145.1	.
食塩	0.1	0.7	.								
ポテト煮				**ポテト煮**				**ポテト煮**			
じゃがいも　塊茎　生	50	388.9	.	じゃがいも　塊茎　生	50	1778	.	じゃがいも　塊茎　生	50	2444	.
たまねぎ　りん茎　生	10	74.47	.	たまねぎ　りん茎　生	10	340.4	.	たまねぎ　りん茎　生	10	468.1	.
日 鶏ミンチ	20	140	.	日 鶏ミンチ	20	640	.	日 まろやか醤油	4	176	.
調合油	1	7	.	調合油	1	32	.	みりん　本直し	2	88	.
日 まろやか醤油	4	28	.	日 まろやか醤油	4	128	.	グリンピース　冷凍	3	132	.
みりん　本直し	2	14	.	みりん　本直し	2	64	.				
グリンピース　冷凍	3	21	.	グリンピース　冷凍	3	96	.				
白和え				**白和え**				**白和え**			
にんじん　根　冷凍	20	140	.	にんじん　根　冷凍	20	640	.	にんじん　根　冷凍	20	880	.
こまつな　葉　生	20	164.7	.	こまつな　葉　生	20	752.9	.	こまつな　葉　生	20	1035	.
日 白和えの素	30	210	.	日 白和えの素	30	960	.	日 白和えの素	30	1320	.
小計				**小計**				**小計**			
kcal 570.0 kcal　食塩相当量 1.9 g				kcal 491.0 kcal　食塩相当量 1.6 g				kcal 363.0 kcal　食塩相当量 1.6 g			
蛋白質 30.9 g				蛋白質 23.4 g				蛋白質 17.5 g			
脂質 12.1 g				脂質 15.5 g				脂質 13.1 g			
合計				**合計**				**合計**			
kcal 1847.0 kcal　食塩相当量 6.5 g				kcal 1398.0 kcal　食塩相当量 5.9 g				kcal 1029.0 kcal　食塩相当量 5.7 g			
蛋白質 77.7 g				蛋白質 58.8 g				蛋白質 45.1 g			
脂質 52.4 g				脂質 46.6 g				脂質 39.3 g			

献　立　表

令和 8年10月13日 (火)

常菜食

朝　予定人数 7人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	627.2	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	2.8	.

味噌汁(青梗菜)

チンゲンサイ 葉 生	30	247.1	.
たまねぎ りん茎 生	10	74.47	.
日 合わせ麦みそ	8	56	.
日 和Qだし	0.5	3.5	.

メヌケの煮付け

日 メヌケ煮付け(60g)	60	420	.

ゆず酢あえ(大根)

だいこん 根 皮むき 生	50	411.8	.
にんじん 根 冷凍	10	70	.
穀物酢	4	28	.
車糖 上白糖	3	21	.
果皮 ゆず	0.5	3.5	.

牛乳

普通牛乳	200	1400	.

小計

kcal 551.0 kcal　食塩相当 1.9 g
蛋白質 22.5 g
脂質 10.6 g

昼　予定人数 5人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	448	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	2	.

八宝菜

はくさい 結球葉 生	60	319.2	.
にんじん 根 冷凍	20	100	.
たけのこ 若茎 生	20	200	.
日 豚もも肉(スライス・酢豚用)	40	200	.
むきえび	30	250	.
いか類 するめいか 生	20	142.9	.
さやえんどう 若ざや 生	3	16.48	.
調合油	3	15	.
日 まろやか醤油	2	10	.
日 風味豊かな中華だし	1.3	6.5	.
食塩	0.3	1.5	.
じゃがいもでん粉	2	10	.
うずら卵 水煮缶詰	8.6	43	.

南瓜甘煮

西洋かぼちゃ 果実 冷凍	56	280	.
車糖 上白糖	5	25	.
食塩	0.05	0.25	.

中華あえ(ワカメ)

きゅうり 果実 生	20	102	.
わかめ 乾燥わかめ 素干し	2	10	.
だいず ソフト豆腐	30	150	.
ごま 乾	1	5	.
しょうが 根茎 生	1.5	9.38	.
日 まろやか醤油	4	20	.
ごま油	3	15	.

オレンジ

オレンジ ネーブル 砂じょう 生	80	615.4	.

小計

kcal 648.0 kcal　食塩相当 1.9 g
蛋白質 30.5 g
脂質 14.5 g

夕　予定人数 8人　実施人数 0人

軟菜食

朝　予定人数 32人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9600	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9.6	.

味噌汁(青梗菜)

チンゲンサイ 葉 生	30	1129	.
たまねぎ りん茎 生	10	340.4	.
日 合わせ麦みそ	8	256	.
日 和Qだし	0.5	16	.

メヌケの煮付け

日 メヌケ煮付け(60g)	60	1920	.

ゆず酢あえ(大根)

だいこん 根 皮むき 生	50	1882	.
にんじん 根 冷凍	10	320	.
穀物酢	4	128	.
車糖 上白糖	3	96	.
果皮 ゆず	0.5	16	.

牛乳

普通牛乳	200	6400	.

小計

kcal 439.0 kcal　食塩相当 1.9 g
蛋白質 20.3 g
脂質 10.1 g

昼　予定人数 34人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	10200	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	10.2	.

卵とじ

たまねぎ りん茎 生	20	723.4	.
はんぺん	30	1020	.
にんじん 根 冷凍	10	340	.
車糖 上白糖	2	68	.
みりん 本みりん	2	68	.
日 まろやか醤油	6	204	.
鶏卵 全卵 生	40	1600	.
さやえんどう 若ざや 生	3	112.1	.

南瓜甘煮

西洋かぼちゃ 果実 冷凍	56	1904	.
車糖 上白糖	5	170	.
食塩	0.05	1.7	.

中華あえ(ワカメ)

きゅうり 果実 生	20	693.9	.
わかめ 乾燥わかめ 素干し	2	68	.
だいず ソフト豆腐	30	1020	.
ごま 乾	1	34	.
しょうが 根茎 生	1.5	63.75	.
日 まろやか醤油	4	136	.
ごま油	3	102	.

グレープゼリー

グレープゼリーFeVC	50	1700	.

小計

kcal 478.0 kcal　食塩相当 2.1 g
蛋白質 15.9 g
脂質 9.4 g

夕　予定人数 33人　実施人数 0人

五分菜食

朝　予定人数 45人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5400	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5850	.

味噌汁(青梗菜)

チンゲンサイ 葉 生	30	1588	.
たまねぎ りん茎 生	10	478.7	.
日 合わせ麦みそ	8	360	.
日 和Qだし	0.5	22.5	.

メヌケの煮付け

日 メヌケ煮付け(60g)	60	2700	.

梅和え(大根)

だいこん 根 皮むき 生	40	2118	.
にんじん 根 冷凍	10	450	.
日 しそねり梅	3	135	.
みりん 本みりん	1	45	.

牛乳

普通牛乳	200	9000	.

小計

kcal 338.0 kcal　食塩相当 2.4 g
蛋白質 18.7 g
脂質 9.8 g

昼　予定人数 44人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5280	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5720	.

卵とじ

たまねぎ りん茎 生	20	936.2	.
はんぺん	30	1320	.
にんじん 根 冷凍	10	440	.
車糖 上白糖	2	88	.
みりん 本みりん	2	88	.
日 まろやか醤油	6	264	.
鶏卵 全卵 生	40	2071	.
さやえんどう 若ざや 生	3	145.1	.

南瓜甘煮

西洋かぼちゃ 果実 冷凍	60	2640	.
車糖 上白糖	5	220	.
食塩	0.05	2.2	.

ささみ和え(白菜)

はくさい 結球葉 生	40	1872	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	15	694.7	.
日 まろやか醤油	3	132	.

グレープゼリー

グレープゼリーFeVC	50	2200	.

小計

kcal 352.0 kcal　食塩相当 1.7 g
蛋白質 16.0 g
脂質 4.8 g

夕　予定人数 45人　実施人数 0人

献　立　表

令和 8年10月13日 (火)

常菜食				軟菜食				五分菜食			
米飯　コメ　90g				**全粥**				**五分粥**			
こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	716.8	.	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9900	.	こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5400	.
乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.4	3.2	.	乳カル酵素ﾌｧｲﾊﾞｰ	0.3	9.9	.	こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5850	.
チキンカツ				**鶏肉うま煮**				**鶏肉うま煮**			
日 やわらかチキンカツ(80g)	80	640	.	日 若鶏小間肉	40	1320	.	日 若鶏小間肉	40	1800	.
調合油	12	96	.	かぶ 根 皮むき 生	80	3106	.	かぶ 根 皮むき 生	80	4235	.
キャベツ 結球葉 生	30	282.4	.	にんじん 根 冷凍	20	660	.	にんじん 根 冷凍	20	900	.
にんじん 根 冷凍	5	40	.	さやいんげん 若ざや 生	5	170.1	.	さやいんげん 若ざや 生	5	232	.
食塩	0.1	0.8	.	日 まろやか醤油	7	231	.	日 まろやか醤油	7	315	.
ウスターソース	6	48	.	日 調理酒	3	99	.	日 調理酒	3	135	.
				車糖　上白糖	3	99	.	車糖　上白糖	3	135	.
				みりん　本みりん	3	99	.	みりん　本みりん	3	135	.
				じゃがいもでん粉	2	66	.	じゃがいもでん粉	2	90	.
大豆トマト煮				**大豆トマト煮**				**豆腐煮**			
だいず ゆで 全粒 国産 黄大豆	30	240	.	だいず ゆで 全粒 国産 黄大豆	30	990	.	だいず　木綿豆腐	60	2700	.
ブロッコリー 花序 生	30	480	.	ブロッコリー 花序 生	30	1980	.	たまねぎ りん茎 生	10	478.7	.
たまねぎ りん茎 生	10	85.11	.	たまねぎ りん茎 生	10	351.1	.	日 まろやか醤油	4	180	.
トマトピューレー	10	80	.	トマトピューレー	10	330	.	みりん　本みりん	2	90	.
トマトケチャップ	5	40	.	トマトケチャップ	5	165	.	さやえんどう 若ざや 生	3	148.4	.
日 風味豊かなコンソメ	1	8	.	日 風味豊かなコンソメ	1	33	.				
にんにく りん茎 生	0.2	1.76	.	にんにく りん茎 生	0.2	7.25	.				
食塩	0.1	0.8	.	食塩	0.1	3.3	.				
こしょう 黒　粉	0.01	0.08	.	こしょう 黒　粉	0.01	0.33	.				
レタスサラダ(ツナ)				**レタスサラダ(ツナ)**				**ツナマヨ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**			
レタス 土耕栽培 結球葉 生	30	244.9	.	レタス 土耕栽培 結球葉 生	30	1010	.	キャベツ 結球葉 生	50	2647	.
たまねぎ りん茎 生	10	85.11	.	たまねぎ りん茎 生	10	351.1	.	日 かつお水煮フレーク	15	675	.
赤ピーマン 果実 生	5	44.44	.	赤ピーマン 果実 生	5	183.3	.	マヨネーズ 全卵型	6	270	.
日 かつお水煮フレーク	15	120	.	日 かつお水煮フレーク	15	495	.	日 まろやか醤油	0.5	22.5	.
＊ノンオイルたまねぎ	8	64	.	＊ノンオイルたまねぎ	8	264	.				
小計				**小計**				**小計**			
kcal 636.0 kcal　食塩相当量 1.9 g 蛋白質 26.4 g 脂質 19.3 g				kcal 423.0 kcal　食塩相当量 1.7 g 蛋白質 21.3 g 脂質 9.4 g				kcal 354.0 kcal　食塩相当量 1.5 g 蛋白質 18.1 g 脂質 13.7 g			
合計				**合計**				**合計**			
kcal 1835.0 kcal　食塩相当量 5.7 g 蛋白質 79.4 g 脂質 44.4 g				kcal 1340.0 kcal　食塩相当量 5.7 g 蛋白質 57.5 g 脂質 28.9 g				kcal 1044.0 kcal　食塩相当量 5.6 g 蛋白質 52.8 g 脂質 28.3 g			

献　立　表

令和 8年10月14日 (水)

常菜食

朝　予定人数 7人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	627.2	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	2.8	.

味噌汁(豆腐)

だいず 木綿豆腐	40	280	.
たまねぎ りん茎 生	10	74.47	.
さやいんげん 若さや 生	5	36.08	.
日 合わせ麦みそ	8	56	.
日 和Qだし	0.5	3.5	.

＊厚焼たまご

日 厚焼きたまご	50	350	.

ささみマヨ和え(白菜)

はくさい 結球葉 生	50	372.3	.
にんじん 根 冷凍	15	105	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	5	36.84	.
マヨネーズ 全卵型	5	35	.

牛乳

普通牛乳	200	1400	.

小計

kcal 599.0 kcal　食塩相当 1.7 g
蛋白質 21.5 g
脂質 18.5 g

昼　予定人数 8人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	716.8	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.2	.

餃子

日 焼成済ぎょうざ(23g)	92	736	.
ブラックマッペもやし 生	30	242.4	.
青ピーマン 果実 生	10	94.12	.
食塩	0.1	0.8	.
日 まろやか醤油	3	24	.
穀物酢	3	24	.
ラー油	0.5	4	.

冷奴(わかめ)

だいず 絹ごし豆腐	50	400	.
しょうが 根茎 生	2	20	.
わかめ 乾燥わかめ 素干し	1	8	.
日 まろやか醤油	3	24	.

はるさめスープ(中華)

はるさめ 緑豆はるさめ 乾	1	8	.
キャベツ 結球葉 生	20	188.2	.
にんじん 根 冷凍	10	80	.
日 風味豊かな中華だし	2	16	.
食塩	0.2	1.6	.

リンゴ

りんご 皮むき 生	80	752.9	.

小計

kcal 630.0 kcal　食塩相当 2.4 g
蛋白質 20.9 g
脂質 13.6 g

夕　予定人数 8人　実施人数 0人

米飯 コメ 90g

こめ 水稲穀粒 精白米 うるち米	89.6	716.8	.
乳カル酵素ファイバー	0.4	3.2	.

西京焼き(メル)

.

軟菜食

朝　予定人数 33人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9900	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9.9	.

味噌汁(豆腐)

だいず 木綿豆腐	40	1320	.
たまねぎ りん茎 生	10	351.1	.
さやいんげん 若さや 生	5	170.1	.
日 合わせ麦みそ	8	264	.
日 和Qだし	0.5	16.5	.

＊厚焼たまご

日 厚焼きたまご	50	1650	.

ささみマヨ和え(白菜)

はくさい 結球葉 生	50	1755	.
にんじん 根 冷凍	15	495	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	5	173.7	.
マヨネーズ 全卵型	5	165	.

牛乳

普通牛乳	200	6600	.

小計

kcal 487.0 kcal　食塩相当 1.7 g
蛋白質 19.3 g
脂質 18.0 g

昼　予定人数 34人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	10200	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	10.2	.

鶏肉野菜焼き

日 若鶏小間肉	60	2040	.
食塩	0.4	13.6	.
たまねぎ りん茎 生	30	1085	.
ブロッコリー 花序 生	30	2040	.
日 バターフレーバーオイル	1	34	.
日 風味豊かなコンソメ	1.5	51	.

冷奴(わかめ)

だいず 絹ごし豆腐	50	1700	.
しょうが 根茎 生	2	85	.
わかめ 乾燥わかめ 素干し	1	34	.
日 まろやか醤油	3	102	.

はるさめスープ(中華)

はるさめ 緑豆はるさめ 乾	1	34	.
キャベツ 結球葉 生	20	800	.
にんじん 根 冷凍	10	340	.
日 風味豊かな中華だし	2	68	.
食塩	0.2	6.8	.

りんごダイス缶

りんご 缶詰	70	2380	.

小計

kcal 449.0 kcal　食塩相当 2.3 g
蛋白質 19.4 g
脂質 12.0 g

夕　予定人数 33人　実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300	9900	.
乳カル酵素ファイバー	0.3	9.9	.

西京焼き(メル)

.

五分菜食

朝　予定人数 45人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5400	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5850	.

味噌汁(豆腐)

だいず 木綿豆腐	40	1800	.
たまねぎ りん茎 生	10	478.7	.
さやいんげん 若さや 生	5	232	.
日 合わせ麦みそ	8	360	.
日 和Qだし	0.5	22.5	.

＊厚焼たまご

日 厚焼きたまご	50	2250	.

ささみマヨ和え(白菜)

はくさい 結球葉 生	50	2394	.
にんじん 根 冷凍	15	675	.
若鶏肉 ささ身 生 にわとり	5	236.8	.
マヨネーズ 全卵型	5	225	.

牛乳

普通牛乳	200	9000	.

小計

kcal 395.0 kcal　食塩相当 1.7 g
蛋白質 17.7 g
脂質 17.8 g

昼　予定人数 41人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	4920	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5330	.

鶏肉野菜焼き

日 若鶏小間肉	40	1640	.
食塩	0.3	12.3	.
たまねぎ りん茎 生	30	1309	.
ブロッコリー 花序 生	30	2460	.
日 バターフレーバーオイル	1	41	.
日 風味豊かなコンソメ	1.5	61.5	.

冷奴(青梗菜)

だいず 絹ごし豆腐	50	2050	.
チンゲンサイ 葉 生	20	964.7	.
日 まろやか醤油	3	123	.

はるさめスープ(中華)

はるさめ 緑豆はるさめ 乾	1	41	.
キャベツ 結球葉 生	20	964.7	.
にんじん 根 冷凍	10	410	.
日 風味豊かな中華だし	2	82	.
食塩	0.2	8.2	.

りんごダイス缶

りんご 缶詰	70	2870	.

小計

kcal 318.0 kcal　食塩相当 2.0 g
蛋白質 14.4 g
脂質 9.0 g

夕　予定人数 42人　実施人数 0人

五分粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	120	5040	.
こめ 水稲おもゆ 精白米	130	5460	.

メルルーサの味噌かけ

.

献　立　表

令和 8年10月14日 (水)

常菜食				軟菜食				五分菜食			
メルルーサ 生	120	1011	.	メルルーサ 生	60	2084	.	メルルーサ 生	60	2653	.
日 料理酒	2	16	.	日 料理酒	1	33	.	日 料理酒	1	42	.
日 合わせ麦みそ	16	128	.	日 合わせ麦みそ	8	264	.	日 合わせ麦みそ	8	336	.
車糖 上白糖	6	48	.	車糖 上白糖	3	99	.	みりん 本みりん	3	126	.
みりん 本みりん	6	48	.	みりん 本みりん	3	99	.	車糖 上白糖	3	126	.
日 料理酒	2	16	.	日 料理酒	1	33	.	和種なばな 花らい･茎 生	30	1260	.
和種なばな 花らい･茎 生	30	240	.	和種なばな 花らい･茎 生	30	990	.	食塩	0.1	4.2	.
食塩	0.1	0.8	.	食塩	0.1	3.3	.				
南瓜煮				**南瓜煮**				**南瓜煮**			
西洋かぼちゃ 果実 冷凍	56	448	.	西洋かぼちゃ 果実 冷凍	56	1848	.	西洋かぼちゃ 果実 冷凍	60	2520	.
日 まろやか醤油	4	32	.	日 まろやか醤油	4	132	.	日 まろやか醤油	4	168	.
みりん 本みりん	3	24	.	みりん 本みりん	3	99	.	みりん 本みりん	3	126	.
おろし酢和え(ﾄﾏﾄ)				**ホタテ和え(ﾎｳﾚﾝｿｳ)**				**ホタテ和え(ﾎｳﾚﾝｿｳ)**			
だいこん 根 皮むき 生	40	376.5	.	ほうれんそう 葉 冷凍	50	1650	.	ほうれんそう 葉 冷凍	50	2100	.
ﾄﾏﾄ類 ﾄﾏﾄ 果実 生	30	247.4	.	ほたてがい 水煮	10	825	.	ほたてがい 水煮	10	1050	.
たまねぎ りん茎 生	10	85.11	.	日 まろやか醤油	2	66	.	日 まろやか醤油	2	84	.
だいず ゆで 全粒 国産 黄大豆	20	160	.								
穀物酢	6	48	.								
車糖 上白糖	4	32	.								
小計				**小計**				**小計**			
kcal 597.0 kcal		食塩相当	2.8 g	kcal 361.0 kcal		食塩相当	2.1 g	kcal 271.0 kcal		食塩相当	2.1 g
蛋白質 33.8 g				蛋白質 20.6 g				蛋白質 19.1 g			
脂質 4.6 g				脂質 1.8 g				脂質 1.6 g			
合計				**合計**				**合計**			
kcal 1826.0 kcal		食塩相当	6.9 g	kcal 1297.0 kcal		食塩相当	6.1 g	kcal 984.0 kcal		食塩相当	5.8 g
蛋白質 76.2 g				蛋白質 59.3 g				蛋白質 51.2 g			
脂質 36.7 g				脂質 31.8 g				脂質 28.4 g			

献　立　表

令和 8年10月 1日 (木)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
朝 予定人数 9人 実施人数 9人	**朝** 予定人数 6人 実施人数 6人	**朝** 予定人数 5人 実施人数 5人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 1人 実施人数 1人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
味噌汁(卵)	**味噌汁(卵)**	**味噌汁(卵)**	**味噌汁(卵)**	**味噌汁(卵)**	**味噌汁(卵)**	**味噌汁(卵)**
鶏卵 全卵 生	15	鶏卵 全卵 生	15	鶏卵 全卵 生	15	鶏卵 全卵 生	15	鶏卵 全卵 生	15	鶏卵 全卵 生	15	鶏卵 全卵 生	15
だいこん 根 皮むき 生	40	だいこん 根 皮むき 生	40	だいこん 根 皮むき 生	40	だいこん 根 皮むき 生	40	だいこん 根 皮むき 生	40	だいこん 根 皮むき 生	40	だいこん 根 皮むき 生	40
だいこん類 だいこん 葉	5	だいこん類 だいこん 葉	5	だいこん類 だいこん 葉	5	だいこん類 だいこん 葉	5	だいこん類 だいこん 葉	5	だいこん類 だいこん 葉	5	だいこん類 だいこん 葉	5
日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5
野菜大豆煮	**野菜大豆煮**	**高野煮**	**高野煮**	**野菜大豆煮**	**高野煮**	**高野煮**
日 野菜大豆煮	80	日 野菜大豆煮	80	だいず 凍り豆腐 乾	12	だいず 凍り豆腐 乾	12	日 野菜大豆煮	80	だいず 凍り豆腐 乾	12	だいず 凍り豆腐 乾	12
				にんじん 根 冷凍	20	にんじん 根 冷凍	20			にんじん 根 冷凍	20	にんじん 根 冷凍	20
				さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5			さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5
				車糖 上白糖	1	車糖 上白糖	1			車糖 上白糖	1	車糖 上白糖	1
				日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4			日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4
ツナ和え(青梗菜)	**ツナ和え(青梗菜)**	**ツナ和え(青梗菜)**	**ツナ和え(青梗菜)**	**ツナ和え(青梗菜)**	**ツナ和え(青梗菜)**	**ツナ和え(青梗菜)**
チンゲンサイ 葉 生	50	チンゲンサイ 葉 生	50	チンゲンサイ 葉 生	50	チンゲンサイ 葉 生	50	チンゲンサイ 葉 生	50	チンゲンサイ 葉 生	50	チンゲンサイ 葉 生	50
日 かつお水煮フレーク	10	日 かつお水煮フレーク	10	日 かつお水煮フレーク	10	日 かつお水煮フレーク	10	日 かつお水煮フレーク	10	日 かつお水煮フレーク	10	日 かつお水煮フレーク	10
日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
牛乳	**牛乳**	**牛乳**	**牛乳1/2**	**ヨーグルト**	**ヨーグルト**	
普通牛乳	200	普通牛乳	200	普通牛乳	200	牛乳	100	ひるがのヨーグルト	80	ひるがのヨーグルト	80	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 447.0 kcal 脂質 12.5 g 蛋白質 19.4 g 食塩相当量 2.4 g	kcal 556.0 kcal 脂質 12.7 g 蛋白質 21.2 g 食塩相当量 2.4 g	kcal 414.0 kcal 脂質 14.1 g 蛋白質 21.3 g 食塩相当量 2.3 g	kcal 478.0 kcal 脂質 11.1 g 蛋白質 15.7 g 食塩相当量 2.2 g	kcal 441.0 kcal 脂質 7.7 g 蛋白質 16.6 g 炭水化物 80.6 g	kcal 343.0 kcal 脂質 9.2 g 蛋白質 17.4 g 炭水化物 51.2 g	kcal 266.0 kcal 脂質 6.4 g 蛋白質 14.4 g 炭水化物 41.2 g
昼 予定人数 9人 実施人数 9人	**昼** 予定人数 6人 実施人数 6人	**昼** 予定人数 5人 実施人数 5人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 1人 実施人数 1人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
鶏肉味噌マヨ焼き	**鶏肉味噌マヨ焼き**	**洋風卵炒め**	**洋風卵炒め**	**洋風卵炒め**	**洋風卵炒め**	**洋風卵炒め**
若鶏肉 もも 皮なし 生 に	60	若鶏肉 もも 皮なし 生 に	60	鶏卵 全卵 生	40	鶏卵 全卵 生	40	鶏卵 全卵 生	30	鶏卵 全卵 生	40	鶏卵 全卵 生	40
ごま ねり	2	ごま ねり	2	日 若鶏小間肉	40	日 若鶏小間肉	40	若鶏肉 ささ身 生 にわ	40	日 若鶏小間肉	40	日 若鶏小間肉	40
マヨネーズ 全卵型	7	マヨネーズ 全卵型	7	たまねぎ りん茎 生	15	たまねぎ りん茎 生	15	たまねぎ りん茎 生	15	たまねぎ りん茎 生	15	たまねぎ りん茎 生	15
日 合わせ麦みそ	4	日 合わせ麦みそ	4	みじん さやいんげん 若ざや 生	10	みじん さやいんげん 若ざや 生	10	みじん さやいんげん 若ざや 生	10	みじん さやいんげん 若ざや 生	10	みじん さやいんげん 若ざや 生	10
車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.4	食塩	0.2	食塩	0.2
さやいんげん 若ざや 生	20	さやいんげん 若ざや 生	20	日 風味豊かなコンソメ	1	日 風味豊かなコンソメ	1	日 風味豊かなコンソメ	0.8	日 風味豊かなコンソメ	1	日 風味豊かなコンソメ	1
赤ピーマン 果実 生	10	赤ピーマン 果実 生	10	日 バターフレーバーオイ	2	日 バターフレーバーオイ	2	日 バターフレーバーオイ	2	日 バターフレーバーオイ	2	日 バターフレーバーオイ	2
食塩	0.1	食塩	0.1										
里芋の煮付け	**里芋の煮付け**	**里芋の煮付け**	**里芋の煮付け**	**里芋の煮付け**	**里芋の煮付け**	**里芋の煮付け**

献　立　表

令和 8年10月 1日 (木)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
さといも 球茎 生 60	さといも 球茎 生 60	さといも 球茎 生 60	さといも 球茎 生 60	さといも 球茎 生 60	さといも 球茎 生 60	さといも 球茎 生 60
にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20
日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4
みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2
わさび醤油あえ(小松菜)	**わさび醤油あえ(小松菜)**	**ホタテ和え(小松菜)**	**ホタテ和え(小松菜)**	**わさび醤油あえ(小松菜)**	**ホタテ和え(小松菜)**	**ホタテ和え(小松菜)**
こまつな 葉 生 60	こまつな 葉 生 60	こまつな 葉 生 50	こまつな 葉 生 50	こまつな 葉 生 60	こまつな 葉 生 50	こまつな 葉 生 50
ほたてがい 水煮 10	ほたてがい 水煮 10	ほたてがい 水煮 10	ほたてがい 水煮 10	ほたてがい 水煮 10	ほたてがい 水煮 10	ほたてがい 水煮 10
わさび 練り 0.2	わさび 練り 0.2	日 まろやか醤油 1.5	日 まろやか醤油 1.5	わさび 練り 0.2	日 まろやか醤油 1.5	日 まろやか醤油 1.5
日 まろやか醤油 1.5	日 まろやか醤油 1.5			日 まろやか醤油 1.5		
パイン	**パイン**	**おろしバナナ**	**おろしバナナ**	**パイン**	**おろしバナナ**	
パインアップル 生 80	パインアップル 生 80	おろしバナナ 50	おろしバナナ 50	パインアップル 生 80	おろしバナナ 50	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 416.0 kcal 脂質 10.5 g 蛋白質 20.0 g 食塩相当量 1.3 g	kcal 525.0 kcal 脂質 10.7 g 蛋白質 21.8 g 食塩相当量 1.3 g	kcal 426.0 kcal 脂質 12.5 g 蛋白質 19.0 g 食塩相当量 1.3 g	kcal 551.0 kcal 脂質 13.3 g 蛋白質 16.7 g 食塩相当量 1.3 g	kcal 412.0 kcal 脂質 6.2 g 蛋白質 21.8 g 炭水化物 73.0 g	kcal 400.0 kcal 脂質 12.4 g 蛋白質 18.7 g 炭水化物 57.7 g	kcal 354.0 kcal 脂質 12.4 g 蛋白質 18.3 g 炭水化物 46.2 g
夕 予定人数 10人 実施人数 10人	**夕** 予定人数 6人 実施人数 6人	**夕** 予定人数 5人 実施人数 5人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 1人 実施人数 1人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる 100	こめ 水稲めし 精白米 うる 170	こめ 水稲めし 精白米 うる 100	たんぱく質調整ごはん1/2 180	こめ 水稲全かゆ 精白米 300	こめ 水稲全かゆ 精白米 200	こめ 水稲全かゆ 精白米 200
タラのクリーム煮	**タラのクリーム煮**	**タラのクリーム煮**	**タラのクリーム煮**	**タラの煮付け**	**タラのクリーム煮**	**タラのクリーム煮**
すけとうだら 生 60	すけとうだら 生 60	すけとうだら 生 60	すけとうだら 生 60	すけとうだら 生 60	すけとうだら 生 60	すけとうだら 生 60
白ワイン 1	白ワイン 1	白ワイン 1	白ワイン 1	日 料理酒 1	白ワイン 1	白ワイン 1
はくさい 結球葉 生 40	はくさい 結球葉 生 40	はくさい 結球葉 生 40	はくさい 結球葉 生 40	日 まろやか醤油 5	はくさい 結球葉 生 40	はくさい 結球葉 生 40
たまねぎ りん茎 生 20	たまねぎ りん茎 生 20	たまねぎ りん茎 生 20	たまねぎ りん茎 生 20	車糖 上白糖 3	たまねぎ りん茎 生 20	たまねぎ りん茎 生 20
ぶなしめじ 生 20	ぶなしめじ 生 20	ブロッコリー 花序 生 15	ブロッコリー 花序 生 15	みりん 本みりん 2	ブロッコリー 花序 生 15	ブロッコリー 花序 生 15
ブロッコリー 花序 生 15	ブロッコリー 花序 生 15	日 バターフレーバーオイル 2	日 バターフレーバーオイル 2	ブロッコリー 花序 生 30	日 バターフレーバーオイル 2	日 バターフレーバーオイル 2
日 バターフレーバーオイル 2	日 バターフレーバーオイル 2	シチューのもと 10	シチューのもと 10		シチューのもと 10	シチューのもと 10
シチューのもと 10	シチューのもと 10	普通牛乳 25	普通牛乳 25		普通牛乳 25	普通牛乳 25
普通牛乳 25	普通牛乳 25					
茄子煮	**茄子煮**	**茄子煮**	**茄子煮**	**茄子煮**	**茄子煮**	**茄子煮**
なす類 なす 果実 生 60	なす類 なす 果実 生 60	なす類 なす 果実 生 60	なす類 なす 果実 生 60	なす類 なす 果実 生 60	なす類 なす 果実 生 60	なす類 なす 果実 生 60
日 鶏ミンチ 10	日 鶏ミンチ 10	日 鶏ミンチ 10	日 鶏ミンチ 10	日 鶏ミンチ 10	日 鶏ミンチ 10	日 鶏ミンチ 10
日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4
車糖 上白糖 1	車糖 上白糖 1	車糖 上白糖 1	車糖 上白糖 1	車糖 上白糖 1	車糖 上白糖 1	車糖 上白糖 1
さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3
春雨の酢の物(卵)	**春雨の酢の物(卵)**	**春雨和え(卵)**	**春雨和え(卵)**	**春雨の酢の物(卵)**	**春雨和え(卵)**	**春雨和え(卵)**
はるさめ 緑豆はるさめ 5	はるさめ 緑豆はるさめ 5	はるさめ 緑豆はるさめ 5	はるさめ 緑豆はるさめ 5	はるさめ 緑豆はるさめ 5	はるさめ 緑豆はるさめ 5	はるさめ 緑豆はるさめ 5
にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20

献　立　表

令和 8年10月 1日 (木)

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
きゅうり　果実　生	20	きゅうり　果実　生	20	日 錦糸玉子	10	日 錦糸玉子	10	きゅうり　果実　生	20	日 錦糸玉子	10	日 錦糸玉子	10
日 錦糸玉子	10	日 錦糸玉子	10	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 錦糸玉子	10	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2
穀物酢	6	穀物酢	6					穀物酢	6				
パルスイート　液体タイプ	1.5	パルスイート　液体タイプ	1.5					車糖　上白糖	4				
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 374.0 kcal　脂質 7.5 g 蛋白質 21.0 g　食塩相当量 1.8 g		kcal 483.0 kcal　脂質 7.7 g 蛋白質 22.8 g　食塩相当量 1.8 g		kcal 367.0 kcal　脂質 7.4 g 蛋白質 20.5 g　食塩相当量 2.0 g		kcal 492.0 kcal　脂質 8.2 g 蛋白質 18.2 g　食塩相当量 2.0 g		kcal 362.0 kcal　脂質 2.5 g 蛋白質 20.2 g　炭水化物 70.2 g		kcal 341.0 kcal　脂質 7.3 g 蛋白質 20.2 g　炭水化物 48.8 g		kcal 341.0 kcal　脂質 7.3 g 蛋白質 20.2 g　炭水化物 48.8 g	
合計		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**	
kcal 1237.0 kcal　脂質 30.5 g 蛋白質 60.4 g　食塩相当量 5.5 g		kcal 1564.0 kcal　脂質 31.1 g 蛋白質 65.8 g　食塩相当量 5.5 g		kcal 1207.0 kcal　脂質 34.0 g 蛋白質 60.8 g　食塩相当量 5.6 g		kcal 1521.0 kcal　脂質 32.6 g 蛋白質 50.6 g　食塩相当量 5.5 g		kcal 1215.0 kcal　脂質 16.4 g 蛋白質 58.6 g　炭水化物 223.8 g		kcal 1084.0 kcal　脂質 28.9 g 蛋白質 56.3 g　炭水化物 157.7 g		kcal 961.0 kcal　脂質 26.1 g 蛋白質 52.9 g　炭水化物 136.2 g	

献　立　表

令和 8年10月 2日 (金)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
朝 予定人数 11人 実施人数 11人	**朝** 予定人数 6人 実施人数 6人	**朝** 予定人数 5人 実施人数 5人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 1人 実施人数 1人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
味噌汁(豆腐)	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**
だいず 木綿豆腐	40	だいず 木綿豆腐	40	だいず 木綿豆腐	40	だいず 木綿豆腐	40	だいず 木綿豆腐	40	だいず 木綿豆腐	40	だいず 木綿豆腐	40
こまつな 葉 生	15	こまつな 葉 生	15	こまつな 葉 生	15	こまつな 葉 生	15	こまつな 葉 生	15	こまつな 葉 生	15	こまつな 葉 生	15
日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5
ふくさ焼き	**ふくさ焼き**	**ふくさ焼き**	**ふくさ焼き**	**ふくさ焼き1/2**	**ふくさ焼き**	**ふくさ焼き**
日 ふくさ焼き(500g)	50	日 ふくさ焼き(500g)	50	日 ふくさ焼き(500g)	50	日 ふくさ焼き(500g)	25	日 ふくさ焼き(500g)	50	日 ふくさ焼き(500g)	50
ゆかり和え(大根)	**ゆかり和え(大根)**	**ゆかり和え(大根)**	**ゆかり和え(大根)**	**ゆかり和え(大根)**	**大根のお浸し**	**大根のお浸し**
だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60
ゆかり	0.7	ゆかり	0.7	ゆかり	0.7	ゆかり	0.7	ゆかり	0.7	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
牛乳	**ヨーグルト**	**牛乳**	**ヨーグルト**	**ヨーグルト**	**ヨーグルト**	
普通牛乳	200	ひるがのヨーグルト	80	普通牛乳	200	ひるがのヨーグルト	80	ひるがのヨーグルト	80	ひるがのヨーグルト	80	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 458.0 kcal 脂質 19.3 g 蛋白質 18.0 g 食塩相当量 1.9 g	kcal 522.0 kcal 脂質 14.7 g 蛋白質 16.2 g 食塩相当量 1.8 g	kcal 458.0 kcal 脂質 19.3 g 蛋白質 18.0 g 食塩相当量 1.9 g	kcal 538.0 kcal 脂質 15.3 g 蛋白質 12.1 g 食塩相当量 1.8 g	kcal 392.0 kcal 脂質 10.0 g 蛋白質 12.9 g 炭水化物 67.0 g	kcal 388.0 kcal 脂質 14.4 g 蛋白質 14.2 g 炭水化物 54.8 g	kcal 311.0 kcal 脂質 11.6 g 蛋白質 11.2 g 炭水化物 44.8 g
昼 予定人数 10人 実施人数 10人	**昼** 予定人数 6人 実施人数 6人	**昼** 予定人数 5人 実施人数 5人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 1人 実施人数 1人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
中華風あんかけ(ホキ)	**中華風あんかけ(ホキ)**	**中華風あんかけ(ホキ)**	**中華風あんかけ(ホキ)**	**中華風あんかけ(ホキ)**	**中華風あんかけ(ホキ)**	**中華風あんかけ(ホキ)**
ホキ 生	60	ホキ 生	60	ホキ 生	60	ホキ 生	60	ホキ 生	60	ホキ 生	60	ホキ 生	60
食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2
たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30
さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3
日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2
車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2
日 風味豊かな中華だし	1.2	日 風味豊かな中華だし	1.2	日 風味豊かな中華だし	1.2	日 風味豊かな中華だし	1.2	日 風味豊かな中華だし	1.2	日 風味豊かな中華だし	1.2	日 風味豊かな中華だし	1.2
じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1
ごま酢和え(ひじき)	**ごま酢和え(ひじき)**	**ささみ和え(ﾌﾞﾛ)**	**ささみ和え(ﾌﾞﾛ)**	**ささみ和え(ﾌﾞﾛ)**	**ささみ和え(ﾌﾞﾛ)**	**ささみ和え(ﾌﾞﾛ)**
ひじき ほしひじき ｽﾃﾝﾚｽ	1	ひじき ほしひじき ｽﾃﾝﾚｽ	1	ブロッコリー 花序 生	40	ブロッコリー 花序 生	40	ブロッコリー 花序 生	40	ブロッコリー 花序 生	40	ブロッコリー 花序 生	40
ブラックマッペもやし 生	60	ブラックマッペもやし 生	60	若鶏肉 ささ身 生 にわ	10	若鶏肉 ささ身 生 にわ	10	若鶏肉 ささ身 生 にわ	10	若鶏肉 ささ身 生 にわ	10	若鶏肉 ささ身 生 にわ	10
きゅうり 果実 生	10	きゅうり 果実 生	10	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
若鶏肉 ささ身 生 にわ	5	若鶏肉 ささ身 生 にわ	5										
穀物酢	6	穀物酢	6										
パルスイート 液体タイプ	1.5	パルスイート 液体タイプ	1.5										

献　立　表

令和 8年10月 2日 (金)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
ごま 乾 1	ごま 乾 1					
炒り豆腐(卵)	**炒り豆腐(卵)**	**炒り豆腐(卵)**	**炒り豆腐(卵)**	**炒り豆腐(卵)**	**炒り豆腐(卵)**	**炒り豆腐(卵)**
だいず 木綿豆腐 50	だいず 木綿豆腐 50	だいず 木綿豆腐 50	だいず 木綿豆腐 50	だいず 木綿豆腐 50	だいず 木綿豆腐 50	だいず 木綿豆腐 50
にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20
さやいんげん 若ざや 生 10	さやいんげん 若ざや 生 10	さやいんげん 若ざや 生 10	さやいんげん 若ざや 生 10	さやいんげん 若ざや 生 10	さやいんげん 若ざや 生 10	さやいんげん 若ざや 生 10
鶏卵 全卵 生 10	鶏卵 全卵 生 10	鶏卵 全卵 生 10	鶏卵 全卵 生 10	鶏卵 全卵 生 10	鶏卵 全卵 生 10	鶏卵 全卵 生 10
日 まろやか醤油 5	日 まろやか醤油 5	日 まろやか醤油 5	日 まろやか醤油 5	日 まろやか醤油 5	日 まろやか醤油 5	日 まろやか醤油 5
車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2
リンゴ	**リンゴ**	**りんごダイス缶**	**りんごダイス缶**	**リンゴ**	**りんごダイス缶**	
りんご 皮むき 生 80	りんご 皮むき 生 80	りんご 缶詰 50	りんご 缶詰 50	りんご 皮むき 生 80	りんご 缶詰 50	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 369.0 kcal 脂質 5.4 g 蛋白質 22.1 g 食塩相当量 1.5 g	kcal 478.0 kcal 脂質 5.6 g 蛋白質 23.9 g 食塩相当量 1.5 g	kcal 369.0 kcal 脂質 5.1 g 蛋白質 24.1 g 食塩相当量 1.8 g	kcal 494.0 kcal 脂質 5.9 g 蛋白質 21.8 g 食塩相当量 1.8 g	kcal 409.0 kcal 脂質 5.2 g 蛋白質 24.8 g 炭水化物 73.9 g	kcal 343.0 kcal 脂質 5.0 g 蛋白質 23.8 g 炭水化物 55.9 g	kcal 302.0 kcal 脂質 4.9 g 蛋白質 23.6 g 炭水化物 45.8 g
夕 予定人数 10人 実施人数 10人	**夕** 予定人数 6人 実施人数 6人	**夕** 予定人数 5人 実施人数 5人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 1人 実施人数 1人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	こめ 水稲めし 精白米 うる 170	こめ 水稲めし 精白米 うる 100	たんぱく質調整ごはん1/2 180	こめ 水稲全かゆ 精白米 300	こめ 水稲全かゆ 精白米 200	こめ 水稲全かゆ 精白米 200
チキンボール煮(中華)	**チキンボール煮(中華)**	**チキンボール煮(中華)**	**チキンボール煮(中華)**	**鶏中華風煮(カリフラワー)**	**チキンボール煮(中華)**	**チキンボール煮(中華)**
日 チキンボール(15g) 45	日 チキンボール(15g) 45	日 チキンボール(15g) 45	日 チキンボール(15g) 45	カリフラワー 花序 生 50	日 チキンボール(15g) 45	日 チキンボール(15g) 45
カリフラワー 花序 生 50	カリフラワー 花序 生 50	カリフラワー 花序 生 50	カリフラワー 花序 生 50	若鶏肉 ささ身 生 にわ 40	カリフラワー 花序 生 50	カリフラワー 花序 生 50
たまねぎ りん茎 生 30	たまねぎ りん茎 生 30	たまねぎ りん茎 生 30	たまねぎ りん茎 生 30	たまねぎ りん茎 生 30	たまねぎ りん茎 生 30	たまねぎ りん茎 生 30
車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2
日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4
日 風味豊かな中華だし 1	日 風味豊かな中華だし 1	日 風味豊かな中華だし 1	日 風味豊かな中華だし 1	日 風味豊かな中華だし 1	日 風味豊かな中華だし 1	日 風味豊かな中華だし 1
日 バターフレーバーオイル 2	日 バターフレーバーオイル 2	日 バターフレーバーオイル 2	日 バターフレーバーオイル 2	グリンピース 冷凍 3	日 バターフレーバーオイル 2	日 バターフレーバーオイル 2
グリンピース 冷凍 3	グリンピース 冷凍 3	グリンピース 冷凍 3	グリンピース 冷凍 3		グリンピース 冷凍 3	グリンピース 冷凍 3
白菜のコンソメ煮	**白菜のコンソメ煮**	**白菜のコンソメ煮**	**白菜のコンソメ煮**	**白菜のコンソメ煮**	**白菜のコンソメ煮**	**白菜のコンソメ煮**
はくさい 結球葉 生 80	はくさい 結球葉 生 80	はくさい 結球葉 生 80	はくさい 結球葉 生 80	はくさい 結球葉 生 80	はくさい 結球葉 生 80	はくさい 結球葉 生 80
にんじん 根 冷凍 15	にんじん 根 冷凍 15	にんじん 根 冷凍 15	にんじん 根 冷凍 15	にんじん 根 冷凍 15	にんじん 根 冷凍 15	にんじん 根 冷凍 15
日 風味豊かなコンソメ 1.8	日 風味豊かなコンソメ 1.8	日 風味豊かなコンソメ 1.8	日 風味豊かなコンソメ 1.8	日 風味豊かなコンソメ 1.8	日 風味豊かなコンソメ 1.8	日 風味豊かなコンソメ 1.8
ポテトサラダ(非常食)	**ポテトサラダ(非常食)**	**ポテトサラダ(非常食)**	**ポテトサラダ(非常食)**	**ポテトサラダ**	**ポテトサラダ(非常食)**	**ポテトサラダ(非常食)**
ポテトツナサラダ(非常食) 40	ポテトツナサラダ(非常食) 40	ポテトツナサラダ(非常食) 40	ポテトツナサラダ(非常食) 40	じゃがいも 塊茎 生 50	ポテトツナサラダ(非常食) 40	ポテトツナサラダ(非常食) 40
たまねぎ りん茎 生 10	たまねぎ りん茎 生 10	たまねぎ りん茎 生 10	たまねぎ りん茎 生 10	にんじん 根 皮つき 生 10	たまねぎ りん茎 生 10	たまねぎ りん茎 生 10
さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	たまねぎ りん茎 生 10	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5
				さやいんげん 若ざや 生 5		
				＊フレンチドレッシング 6		
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 408.0 kcal 脂質 14.7 g 蛋白質 11.9 g 食塩相当量 2.0 g	kcal 517.0 kcal 脂質 14.9 g 蛋白質 13.7 g 食塩相当量 2.0 g	kcal 408.0 kcal 脂質 14.7 g 蛋白質 11.9 g 食塩相当量 2.0 g	kcal 533.0 kcal 脂質 15.5 g 蛋白質 9.6 g 食塩相当量 2.0 g	kcal 345.0 kcal 脂質 2.3 g 蛋白質 17.4 g 炭水化物 71.6 g	kcal 382.0 kcal 脂質 14.6 g 蛋白質 11.6 g 炭水化物 55.9 g	kcal 382.0 kcal 脂質 14.6 g 蛋白質 11.6 g 炭水化物 55.9 g

献　立　表

令和 8年10月 2日 (金)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
合計	合計	合計	合計	合計	合計	合計
kcal 1235.0 kcal　脂質 39.4 g 蛋白質 52.0 g　食塩相当量 5.4 g	kcal 1517.0 kcal　脂質 35.2 g 蛋白質 53.8 g　食塩相当量 5.3 g	kcal 1235.0 kcal　脂質 39.1 g 蛋白質 54.0 g　食塩相当量 5.7 g	kcal 1565.0 kcal　脂質 36.7 g 蛋白質 43.5 g　食塩相当量 5.6 g	kcal 1146.0 kcal　脂質 17.5 g 蛋白質 55.1 g　炭水化物 212.5 g	kcal 1113.0 kcal　脂質 34.0 g 蛋白質 49.6 g　炭水化物 166.6 g	kcal 995.0 kcal　脂質 31.1 g 蛋白質 46.4 g　炭水化物 146.5 g

献　立　表

令和 8年10月 3日 (土)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
朝 予定人数 10人 実施人数 10人	**朝** 予定人数 6人 実施人数 6人	**朝** 予定人数 5人 実施人数 5人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 1人 実施人数 1人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲全かゆ 精白米	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
味噌汁(青梗菜)	**味噌汁(青梗菜)**	**味噌汁(青梗菜)**	**味噌汁(青梗菜)**	**味噌汁(青梗菜)**	**味噌汁(青梗菜)**	**味噌汁(青梗菜)**
チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30
たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20
日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5
ぎせい豆腐	**ぎせい豆腐**	**ぎせい豆腐**	**ぎせい豆腐**	**ぎせい豆腐1/2**	**ぎせい豆腐**	**ぎせい豆腐**
日 ぎせい豆腐	60	日 ぎせい豆腐	60	日 ぎせい豆腐	60	日 ぎせい豆腐	60	日 ぎせい豆腐	30	日 ぎせい豆腐	60	日 ぎせい豆腐	60
日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
みりん	2	みりん	2	みりん	2	みりん	2	みりん	2	みりん	2	みりん	2
じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5
茄子のお浸し	**茄子のお浸し**	**茄子のお浸し**	**茄子のお浸し**	**茄子のお浸し**	**茄子のお浸し**	**茄子のお浸し**
なす類 なす 果実 生	40	なす類 なす 果実 生	40	なす類 なす 果実 生	40	なす類 なす 果実 生	40	なす類 なす 果実 生	40	なす類 なす 果実 生	40	なす類 なす 果実 生	40
日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2
牛乳	**牛乳**	**牛乳**	**牛乳1/2**	**ヨーグルト**	**牛乳**	
普通牛乳	200	普通牛乳	200	普通牛乳	200	牛乳	100	ひるがのヨーグルト	80	普通牛乳	200	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 418.0 kcal 脂質 14.8 g 蛋白質 17.2 g 食塩相当量 2.3 g	kcal 527.0 kcal 脂質 15.0 g 蛋白質 19.0 g 食塩相当量 2.3 g	kcal 418.0 kcal 脂質 14.8 g 蛋白質 17.2 g 食塩相当量 2.3 g	kcal 482.0 kcal 脂質 11.8 g 蛋白質 11.6 g 食塩相当量 2.2 g	kcal 365.0 kcal 脂質 6.7 g 蛋白質 11.4 g 炭水化物 67.8 g	kcal 392.0 kcal 脂質 14.7 g 蛋白質 16.9 g 炭水化物 53.6 g	kcal 270.0 kcal 脂質 7.1 g 蛋白質 10.3 g 炭水化物 44.0 g
昼 予定人数 10人 実施人数 10人	**昼** 予定人数 5人 実施人数 5人	**昼** 予定人数 5人 実施人数 5人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 1人 実施人数 1人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲全かゆ 精白米	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
鰆の葱味噌焼き	**鰆の葱味噌焼き**	**味噌煮魚(さわら)**	**味噌煮魚(さわら)**	**味噌煮魚(メル)**	**味噌煮魚(メル)**	**味噌煮魚(メル)**
さわら 生	60	さわら 生	60	さわら 生	60	さわら 生	60	メルルーサ 生	60	メルルーサ 生	60	メルルーサ 生	60
日 料理酒	1	日 料理酒	1	日 料理酒	1	日 料理酒	1	日 料理酒	1	日 料理酒	1	日 料理酒	1
食塩	0.1	食塩	0.1	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3
葉ねぎ 葉 生	4	葉ねぎ 葉 生	4	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3
日 合わせ麦みそ	6	日 合わせ麦みそ	6	日 合わせ麦みそ	6	日 合わせ麦みそ	6	日 合わせ麦みそ	6	日 合わせ麦みそ	6	日 合わせ麦みそ	6
車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	花形人参	12	花形人参	12	花形人参	12	花形人参	12	花形人参	12
みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	日 和Qだし	0.1	日 和Qだし	0.1	日 和Qだし	0.1	日 和Qだし	0.1	日 和Qだし	0.1
日 料理酒	1	日 料理酒	1										
調合油	2	調合油	2										
花形人参	12	花形人参	12										
日 和Qだし	0.1	日 和Qだし	0.1										
酢のもの(わかめ)	**酢のもの(わかめ)**	**ささみ和え(白菜)**	**ささみ和え(白菜)**	**ささみ和え(白菜)**	**ささみ和え(白菜)**	**ささみ和え(白菜)**

献　立　表

令和 8年10月 3日 (土)

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
わかめ 乾燥わかめ 素	3	わかめ 乾燥わかめ 素	3	はくさい 結球葉 生	40	はくさい 結球葉 生	40	はくさい 結球葉 生	40	はくさい 結球葉 生	40	はくさい 結球葉 生	40
だいず ゆで 全粒 国産 黄	15	だいず ゆで 全粒 国産 黄	15	若鶏肉 ささ身 生 にわ	20	若鶏肉 ささ身 生 にわ	20	若鶏肉 ささ身 生 にわ	20	若鶏肉 ささ身 生 にわ	20	若鶏肉 ささ身 生 にわ	20
きゅうり 果実 生	30	きゅうり 果実 生	30	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2
穀物酢	6	穀物酢	6										
パルスイート 液体タイプ	1.5	パルスイート 液体タイプ	1.5										
ポテト煮		**ポテト煮**		**ポテト煮**		**ポテト煮**		**ポテト煮**		**ポテト煮**		**ポテト煮**	
じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50
たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20
さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5
日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4
みりん 本直し	2	みりん 本直し	2	みりん 本直し	2	みりん 本直し	2	みりん 本直し	2	みりん 本直し	2	みりん 本直し	2
オレンジ		**オレンジ**		**モモ缶**		**モモ缶**		**オレンジ**		**モモ缶**			
ｵﾚﾝｼﾞ ﾈｰﾌﾞﾙ 砂じょう 生	80	ｵﾚﾝｼﾞ ﾈｰﾌﾞﾙ 砂じょう 生	80	もも 缶詰	50	もも 缶詰	50	ｵﾚﾝｼﾞ ﾈｰﾌﾞﾙ 砂じょう 生	80	もも 缶詰	50		
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 426.0 kcal 脂質 10.1 g 蛋白質 20.5 g 食塩相当量 1.8 g		kcal 535.0 kcal 脂質 10.3 g 蛋白質 22.3 g 食塩相当量 1.8 g		kcal 403.0 kcal 脂質 6.8 g 蛋白質 22.4 g 食塩相当量 1.4 g		kcal 528.0 kcal 脂質 7.6 g 蛋白質 20.1 g 食塩相当量 1.4 g		kcal 386.0 kcal 脂質 1.4 g 蛋白質 21.7 g 炭水化物 76.6 g		kcal 324.0 kcal 脂質 1.3 g 蛋白質 20.2 g 炭水化物 61.8 g		kcal 283.0 kcal 脂質 1.2 g 蛋白質 19.9 g 炭水化物 51.5 g	
夕 予定人数 10人 実施人数 10人		**夕** 予定人数 5人 実施人数 5人		**夕** 予定人数 5人 実施人数 5人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 1人 実施人数 1人	
米飯 100g		**米飯 170g**		**米飯 100g**		**たんぱく質調整ごはん**		**全粥**		**米飯 100g**		**米飯 100g**	
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	100
スペイン風オムレツ		**スペイン風オムレツ**		**スペイン風オムレツ**		**スペイン風オムレツ**		**スペイン風オムレツ**		**スペイン風オムレツ**		**スペイン風オムレツ**	
鶏卵 全卵 生	50	鶏卵 全卵 生	50	鶏卵 全卵 生	50	鶏卵 全卵 生	50	鶏卵 全卵 生	25	鶏卵 全卵 生	50	鶏卵 全卵 生	50
日 鶏ひき肉(ササミ)	30	日 鶏ひき肉(ササミ)	30	日 鶏ひき肉(ササミ)	30	日 鶏ひき肉(ササミ)	30	日 鶏ひき肉(ササミ)	15	日 鶏ひき肉(ササミ)	30	日 鶏ひき肉(ササミ)	30
たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20
ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	15	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30
食塩	0.3	食塩	0.3	食塩	0.3	食塩	0.3	食塩	0.15	食塩	0.3	食塩	0.3
日 風味豊かなコンソメ	0.6	日 風味豊かなコンソメ	0.6	日 風味豊かなコンソメ	0.6	日 風味豊かなコンソメ	0.6	日 風味豊かなコンソメ	0.3	日 風味豊かなコンソメ	0.6	日 風味豊かなコンソメ	0.6
日 バターフレーバーオイ	2	日 バターフレーバーオイ	2	日 バターフレーバーオイ	2	日 バターフレーバーオイ	2	日 バターフレーバーオイ	1	日 バターフレーバーオイ	2	日 バターフレーバーオイ	2
トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10
レタスサラダ		**レタスサラダ**		**カニマヨ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)**		**カニマヨ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)**		**レタスサラダ(カニ)**		**カニマヨ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)**		**カニマヨ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)**	
レタス 土耕栽培 結球葉	30	レタス 土耕栽培 結球葉	30	さやいんげん 若ざや 生	40	さやいんげん 若ざや 生	40	レタス 土耕栽培 結球葉	30	さやいんげん 若ざや 生	40	さやいんげん 若ざや 生	40
だいこん 根 皮むき 生	5	だいこん 根 皮むき 生	5	かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10	だいこん 根 皮むき 生	5	かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10
＊ノンオイル中華(ごま不	6	＊ノンオイル中華(ごま不	6	マヨネーズ 全卵型	6	マヨネーズ 全卵型	6	かに風味かまぼこ	10	マヨネーズ 全卵型	6	マヨネーズ 全卵型	6
								＊ノンオイル中華(ごま不	6				
ﾋﾟｰﾏﾝの炒り煮		**ﾋﾟｰﾏﾝの炒り煮**		**大根煮**		**大根煮**		**大根煮**		**大根煮**		**大根煮**	
青ピーマン 果実 生	30	青ピーマン 果実 生	30	だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60
にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10

献　立　表

令和 8年10月 3日 (土)

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
こんにゃく しらたき	40	こんにゃく しらたき	40	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4
車糖 上白糖	1	車糖 上白糖	1	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2
日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3
ごま 乾	1	ごま 乾	1										
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 342.0 kcal 脂質 8.4 g 蛋白質 19.2 g 食塩相当量 1.7 g		kcal 451.0 kcal 脂質 8.6 g 蛋白質 21.0 g 食塩相当量 1.7 g		kcal 384.0 kcal 脂質 12.6 g 蛋白質 20.5 g 食塩相当量 1.6 g		kcal 509.0 kcal 脂質 13.4 g 蛋白質 18.2 g 食塩相当量 1.6 g		kcal 316.0 kcal 脂質 4.3 g 蛋白質 13.4 g 炭水化物 59.9 g		kcal 384.0 kcal 脂質 12.6 g 蛋白質 20.5 g 炭水化物 52.0 g		kcal 384.0 kcal 脂質 12.6 g 蛋白質 20.5 g 炭水化物 52.0 g	
合計		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**	
kcal 1186.0 kcal 脂質 33.3 g 蛋白質 56.9 g 食塩相当量 5.8 g		kcal 1513.0 kcal 脂質 33.9 g 蛋白質 62.3 g 食塩相当量 5.8 g		kcal 1205.0 kcal 脂質 34.2 g 蛋白質 60.1 g 食塩相当量 5.3 g		kcal 1519.0 kcal 脂質 32.8 g 蛋白質 49.9 g 食塩相当量 5.2 g		kcal 1067.0 kcal 脂質 12.4 g 蛋白質 46.5 g 炭水化物 204.3 g		kcal 1100.0 kcal 脂質 28.6 g 蛋白質 57.6 g 炭水化物 167.4 g		kcal 937.0 kcal 脂質 20.9 g 蛋白質 50.7 g 炭水化物 147.5 g	

献　立　表

令和 8年10月 4日 (日)

糖尿1200常菜食

朝　予定人数 10人　実施人数 10人

米飯 100g
- こめ 水稲めし 精白米 うる 100

味噌汁(白菜)
- はくさい 結球葉 生 30
- たまねぎ りん茎 生 20
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

チキンナゲット
- 日 チキンナゲット 47.6
- トマトケチャップ 6

ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え(ﾌﾞﾛ)
- ブロッコリー 花序 生 50
- 日 サラダ豆 10
- ＊ノンオイルたまねぎ 8

牛乳
- 普通牛乳 200

小計
kcal 442.0 kcal　脂質 13.3 g
蛋白質 20.1 g　食塩相当量 2.3 g

昼　予定人数 10人　実施人数 10人

米飯 100g
- こめ 水稲めし 精白米 うる 100

麻婆豆腐
- だいず 木綿豆腐 80
- ぶた ひき肉 生 30
- にんにく りん茎 生 0.7
- しょうが 根茎 生 0.7
- 調合油 1.5
- たまねぎ りん茎 生 15
- 葉ねぎ 葉 生 3
- 日 料理酒 1.5
- 車糖 上白糖 0.7
- 日 まろやか醤油 5
- 日 風味豊かな中華だし 0.5
- トウバンジャン 0.7
- 食塩 0.2

心臓塩6g常菜食

朝　予定人数 5人　実施人数 5人

米飯 170g
- こめ 水稲めし 精白米 うる 170

味噌汁(白菜)
- はくさい 結球葉 生 30
- たまねぎ りん茎 生 20
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

チキンナゲット
- 日 チキンナゲット 47.6
- トマトケチャップ 6

ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え(ﾌﾞﾛ)
- ブロッコリー 花序 生 50
- 日 サラダ豆 10
- ＊ノンオイルたまねぎ 8

牛乳
- 普通牛乳 200

小計
kcal 551.0 kcal　脂質 13.5 g
蛋白質 21.9 g　食塩相当量 2.3 g

昼　予定人数 5人　実施人数 5人

米飯 170g
- こめ 水稲めし 精白米 うる 170

麻婆豆腐
- だいず 木綿豆腐 80
- ぶた ひき肉 生 30
- にんにく りん茎 生 0.7
- しょうが 根茎 生 0.7
- 調合油 1.5
- たまねぎ りん茎 生 15
- 葉ねぎ 葉 生 3
- 日 料理酒 1.5
- 車糖 上白糖 0.7
- 日 まろやか醤油 5
- 日 風味豊かな中華だし 0.5
- トウバンジャン 0.7
- 食塩 0.2

糖尿1200五分菜食

朝　予定人数 5人　実施人数 5人

米飯 100g
- こめ 水稲めし 精白米 うる 100

味噌汁(白菜)
- はくさい 結球葉 生 30
- たまねぎ りん茎 生 20
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

鶏そぼろ
- 日 鶏そぼろ 50

ツナ和え(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)
- ブロッコリー 花序 生 30
- 日 かつお水煮フレーク 20
- 日 まろやか醤油 3

牛乳
- 普通牛乳 200

小計
kcal 403.0 kcal　脂質 10.9 g
蛋白質 23.3 g　食塩相当量 2.2 g

昼　予定人数 5人　実施人数 5人

米飯 100g
- こめ 水稲めし 精白米 うる 100

麻婆豆腐風
- だいず 木綿豆腐 100
- 日 鶏ひき肉(ササミ) 40
- たまねぎ りん茎 生 30
- 調合油 2
- 日 料理酒 4
- 車糖 上白糖 2
- 日 まろやか醤油 6
- 日 風味豊かな中華だし 0.6
- 食塩 0.2
- じゃがいもでん粉 3
- グリンピース 冷凍 3

腎臓五分菜食

朝　予定人数 0人　実施人数 0人

たんぱく質調整ごはん
- たんぱく質調整ごはん1/2 180

味噌汁(白菜)
- はくさい 結球葉 生 30
- たまねぎ りん茎 生 20
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

鶏そぼろ
- 日 鶏そぼろ 50

ツナ和え(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)
- ブロッコリー 花序 生 30
- 日 かつお水煮フレーク 20
- 日 まろやか醤油 3

牛乳1/2
- 牛乳 100

小計
kcal 467.0 kcal　脂質 7.9 g
蛋白質 17.7 g　食塩相当量 2.1 g

昼　予定人数 0人　実施人数 0人

たんぱく質調整ごはん
- たんぱく質調整ごはん1/2 180

麻婆豆腐風
- だいず 木綿豆腐 100
- 日 鶏ひき肉(ササミ) 40
- たまねぎ りん茎 生 30
- 調合油 2
- 日 料理酒 4
- 車糖 上白糖 2
- 日 まろやか醤油 6
- 日 風味豊かな中華だし 0.6
- 食塩 0.2
- じゃがいもでん粉 3
- グリンピース 冷凍 3

肝胆膵炎軟菜食

朝　予定人数 0人　実施人数 0人

全粥
- こめ 水稲全かゆ 精白米 300

味噌汁(白菜)
- はくさい 結球葉 生 30
- たまねぎ りん茎 生 20
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

鶏そぼろ
- 日 鶏そぼろ 50

ツナ和え(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)
- ブロッコリー 花序 生 30
- 日 かつお水煮フレーク 20
- 日 まろやか醤油 3

ヨーグルト
- ひるがのヨーグルト 80

小計
kcal 397.0 kcal　脂質 6.1 g
蛋白質 20.5 g　炭水化物 69.8 g

昼　予定人数 0人　実施人数 0人

全粥
- こめ 水稲全かゆ 精白米 300

麻婆豆腐風
- だいず 木綿豆腐 70
- 日 鶏ひき肉(ササミ) 30
- たまねぎ りん茎 生 20
- 調合油 1
- 日 料理酒 3
- 車糖 上白糖 1
- 日 まろやか醤油 5
- 日 風味豊かな中華だし 0.4
- 食塩 0.1
- じゃがいもでん粉 2
- グリンピース 冷凍 3

潰瘍軟菜食

朝　予定人数 0人　実施人数 0人

全粥 200g
- こめ 水稲全かゆ 精白米 200

味噌汁(白菜)
- はくさい 結球葉 生 30
- たまねぎ りん茎 生 20
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

鶏そぼろ
- 日 鶏そぼろ 50

ツナ和え(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)
- ブロッコリー 花序 生 30
- 日 かつお水煮フレーク 20
- 日 まろやか醤油 3

牛乳
- 普通牛乳 200

小計
kcal 377.0 kcal　脂質 10.8 g
蛋白質 23.0 g　炭水化物 53.7 g

昼　予定人数 0人　実施人数 0人

全粥 200g
- こめ 水稲全かゆ 精白米 200

麻婆豆腐風
- だいず 木綿豆腐 100
- 日 鶏ひき肉(ササミ) 40
- たまねぎ りん茎 生 30
- 調合油 2
- 日 料理酒 4
- 車糖 上白糖 2
- 日 まろやか醤油 6
- 日 風味豊かな中華だし 0.6
- 食塩 0.2
- じゃがいもでん粉 3
- グリンピース 冷凍 3

胃切軟菜食

朝　予定人数 1人　実施人数 1人

全粥 200g
- こめ 水稲全かゆ 精白米 200

味噌汁(白菜)
- はくさい 結球葉 生 30
- たまねぎ りん茎 生 20
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

鶏そぼろ
- 日 鶏そぼろ 50

ツナ和え(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)
- ブロッコリー 花序 生 30
- 日 かつお水煮フレーク 20
- 日 まろやか醤油 3

小計
kcal 255.0 kcal　脂質 3.2 g
蛋白質 16.4 g　炭水化物 44.1 g

昼　予定人数 0人　実施人数 0人

全粥 200g
- こめ 水稲全かゆ 精白米 200

麻婆豆腐風
- だいず 木綿豆腐 100
- 日 鶏ひき肉(ササミ) 40
- たまねぎ りん茎 生 30
- 調合油 2
- 日 料理酒 4
- 車糖 上白糖 2
- 日 まろやか醤油 6
- 日 風味豊かな中華だし 0.6
- 食塩 0.2
- じゃがいもでん粉 3
- グリンピース 冷凍 3

献　立　表

令和 8年10月 4日 (日)

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
じゃがいもでん粉	1.5	じゃがいもでん粉	1.5										
おろし酢和え(ﾐｶﾝ)		**おろし酢和え(ﾐｶﾝ)**		**卸和え(ﾎｳﾚﾝ草)**		**卸和え(ﾎｳﾚﾝ草)**		**卸和え(ﾎｳﾚﾝ草)**		**卸和え(ﾎｳﾚﾝ草)**		**卸和え(ﾎｳﾚﾝ草)**	
だいこん 根 皮つき 生	50	だいこん 根 皮つき 生	50	だいこん 根 皮つき 生	30	だいこん 根 皮つき 生	30	だいこん 根 皮つき 生	30	だいこん 根 皮つき 生	30	だいこん 根 皮つき 生	30
うんしゅうみかん 缶詰 ﾐ	20	うんしゅうみかん 缶詰 ﾐ	20	ほうれんそう 葉 冷凍	20	ほうれんそう 葉 冷凍	20	ほうれんそう 葉 冷凍	20	ほうれんそう 葉 冷凍	20	ほうれんそう 葉 冷凍	20
きゅうり 果実 生	30	きゅうり 果実 生	30	うんしゅうみかん 缶詰 ﾐ	20	うんしゅうみかん 缶詰 ﾐ	20	うんしゅうみかん 缶詰 ﾐ	20	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2
焼き竹輪	10	焼き竹輪	10	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2				
穀物酢	6	穀物酢	6										
パルスイート 液体タイプ	1.5	パルスイート 液体タイプ	1.5										
たまごスープ(中華)		**たまごスープ(中華)**		**たまごスープ(中華)**		**たまごスープ(中華)**		**たまごスープ(中華)**		**たまごスープ(中華)**		**たまごスープ(中華)**	
鶏卵 全卵 生	15	鶏卵 全卵 生	15	鶏卵 全卵 生	15	鶏卵 全卵 生	15	鶏卵 全卵 生	15	鶏卵 全卵 生	15	鶏卵 全卵 生	15
たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20
にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10
さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3
日 風味豊かな中華だし	2	日 風味豊かな中華だし	2	日 風味豊かな中華だし	2	日 風味豊かな中華だし	2	日 風味豊かな中華だし	2	日 風味豊かな中華だし	2	日 風味豊かな中華だし	2
食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2
じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5
バナナ		**バナナ**		**バナナ**		**バナナ**		**バナナ**		**バナナ**			
バナナ 生	45	バナナ 生	45	バナナ 生	45	バナナ 生	45	バナナ 生	45	バナナ 生	45		
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 432.0 kcal 脂質 12.9 g 蛋白質 19.3 g 食塩相当量 2.2 g		kcal 541.0 kcal 脂質 13.1 g 蛋白質 21.1 g 食塩相当量 2.2 g		kcal 432.0 kcal 脂質 9.3 g 蛋白質 24.5 g 食塩相当量 2.4 g		kcal 557.0 kcal 脂質 10.1 g 蛋白質 22.2 g 食塩相当量 2.4 g		kcal 417.0 kcal 脂質 6.7 g 蛋白質 20.6 g 炭水化物 72.8 g		kcal 393.0 kcal 脂質 9.2 g 蛋白質 24.1 g 炭水化物 57.3 g		kcal 351.0 kcal 脂質 9.1 g 蛋白質 23.6 g 炭水化物 47.2 g	
夕 予定人数 10人 実施人数 10人		**夕** 予定人数 6人 実施人数 6人		**夕** 予定人数 5人 実施人数 5人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	
米飯 100g		**米飯 170g**		**米飯 100g**		**たんぱく質調整ごはん**		**全粥**		**全粥 200g**		**全粥 200g**	
こめ 水稲めし 精白米 うﾙ	100	こめ 水稲めし 精白米 うﾙ	170	こめ 水稲めし 精白米 うﾙ	100	たんぱく質調整ごはん1/ﾒ	180	こめ 水稲全かゆ 精白ﾒ	300	こめ 水稲全かゆ 精白ﾒ	200	こめ 水稲全かゆ 精白ﾒ	200
カレー焼き(ﾎｷ)		**カレー焼き(ﾎｷ)**		**ホキの煮付け**		**ホキの煮付け**		**ホキの煮付け**		**ホキの煮付け**		**ホキの煮付け**	
ホキ 生	60	ホキ 生	60	ホキ 生	60	ホキ 生	60	ホキ 生	60	ホキ 生	60	ホキ 生	60
日 料理酒	1	日 料理酒	1	日 料理酒	1	日 料理酒	1	日 料理酒	1	日 料理酒	1	日 料理酒	1
食塩	0.8	食塩	0.8	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5
薄力粉 1等	1	薄力粉 1等	1	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3
カレー粉	0.3	カレー粉	0.3	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2
調合油	1	調合油	1	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30
チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10
にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10										
さつま芋の甘煮		**さつま芋の甘煮**		**さつま芋の甘煮**		**さつま芋の甘煮**		**さつま芋の甘煮**		**さつま芋の甘煮**		**さつま芋の甘煮**	
さつまいも 塊根 皮むき	35	さつまいも 塊根 皮むき	35	さつまいも 塊根 皮むき	35	さつまいも 塊根 皮むき	35	さつまいも 塊根 皮むき	70	さつまいも 塊根 皮むき	70	さつまいも 塊根 皮むき	70
車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	6	車糖 上白糖	6	車糖 上白糖	6
コールスローサラダ		**コールスローサラダ**		**ささみマヨ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**		**ささみマヨ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**		**ささみ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**		**ささみマヨ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**		**ささみマヨ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**	

献　立　表

令和 8年10月 4日 (日)

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
キャベツ 結球葉 生	60	キャベツ 結球葉 生	60	キャベツ 結球葉 生	40	キャベツ 結球葉 生	40	キャベツ 結球葉 生	40	キャベツ 結球葉 生	40	キャベツ 結球葉 生	40
若鶏肉 ささ身 生 にわ	10	若鶏肉 ささ身 生 にわ	10	若鶏肉 ささ身 生 にわ	15	若鶏肉 ささ身 生 にわ	15	若鶏肉 ささ身 生 にわ	15	若鶏肉 ささ身 生 にわ	15	若鶏肉 ささ身 生 にわ	15
赤ピーマン 果実 生	5	赤ピーマン 果実 生	5	マヨネーズ 全卵型	5	マヨネーズ 全卵型	5	日 まろやか醤油	3	マヨネーズ 全卵型	5	マヨネーズ 全卵型	5
ｽｲｰﾄｺｰﾝ 未熟種子 ｶｰﾈ	5	ｽｲｰﾄｺｰﾝ 未熟種子 ｶｰﾈ	5										
マヨネーズ 全卵型	7	マヨネーズ 全卵型	7										
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 355.0 kcal	脂質 7.8 g	kcal 464.0 kcal	脂質 8.0 g	kcal 343.0 kcal	脂質 5.2 g	kcal 468.0 kcal	脂質 6.0 g	kcal 406.0 kcal	脂質 1.4 g	kcal 372.0 kcal	脂質 5.1 g	kcal 372.0 kcal	脂質 5.1 g
蛋白質 17.0 g	食塩相当量 1.1 g	蛋白質 18.8 g	食塩相当量 1.1 g	蛋白質 18.0 g	食塩相当量 0.8 g	蛋白質 15.7 g	食塩相当量 0.8 g	蛋白質 19.3 g	炭水化物 83.6 g	蛋白質 18.1 g	炭水化物 67.8 g	蛋白質 18.1 g	炭水化物 67.8 g
合計		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**	
kcal 1229.0 kcal	脂質 34.0 g	kcal 1556.0 kcal	脂質 34.6 g	kcal 1178.0 kcal	脂質 25.4 g	kcal 1492.0 kcal	脂質 24.0 g	kcal 1220.0 kcal	脂質 14.2 g	kcal 1142.0 kcal	脂質 25.1 g	kcal 978.0 kcal	脂質 17.4 g
蛋白質 56.4 g	食塩相当量 5.6 g	蛋白質 61.8 g	食塩相当量 5.6 g	蛋白質 65.8 g	食塩相当量 5.4 g	蛋白質 55.6 g	食塩相当量 5.3 g	蛋白質 60.4 g	炭水化物 226.2 g	蛋白質 65.2 g	炭水化物 178.8 g	蛋白質 58.1 g	炭水化物 159.1 g

献　立　表

令和 8年10月 5日 (月)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
朝 予定人数 10人 実施人数 10人	**朝** 予定人数 6人 実施人数 6人	**朝** 予定人数 5人 実施人数 5人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
味噌汁(油揚げ)	**味噌汁(油揚げ)**	**味噌汁(ほうれん草)**	**味噌汁(ほうれん草)**	**味噌汁(ほうれん草)**	**味噌汁(ほうれん草)**	**味噌汁(ほうれん草)**
だいず 油揚げ 生	5	だいず 油揚げ 生	5	ほうれんそう 葉 冷凍	30	ほうれんそう 葉 冷凍	30	ほうれんそう 葉 冷凍	30	ほうれんそう 葉 冷凍	30	ほうれんそう 葉 冷凍	30
ほうれんそう 葉 冷凍	30	ほうれんそう 葉 冷凍	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30
たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8
日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5
日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5										
＊厚焼たまご	**＊厚焼たまご**	**＊厚焼たまご**	**＊厚焼たまご**	**＊厚焼たまご1/2**	**＊厚焼たまご**	**＊厚焼たまご**
日 厚焼きたまご	50	日 厚焼きたまご	50	日 厚焼きたまご	50	日 厚焼きたまご	50	日 厚焼きたまご	25	日 厚焼きたまご	50	日 厚焼きたまご	50
酢のもの(ｶﾌﾞ)	**酢のもの(ｶﾌﾞ)**	**ささみ和え(ｶﾌﾞ)**	**ささみ和え(ｶﾌﾞ)**	**酢のもの(ｶﾌﾞ)**	**ささみ和え(ｶﾌﾞ)**	**ささみ和え(ｶﾌﾞ)**
かぶ 根 皮むき 生	60	かぶ 根 皮むき 生	60	かぶ 根 皮むき 生	40	かぶ 根 皮むき 生	40	かぶ 根 皮むき 生	60	かぶ 根 皮むき 生	40	かぶ 根 皮むき 生	40
蒸しかまぼこ	15	蒸しかまぼこ	15	若鶏肉 ささ身 生 にわ	20	若鶏肉 ささ身 生 にわ	20	蒸しかまぼこ	15	若鶏肉 ささ身 生 にわ	20	若鶏肉 ささ身 生 にわ	20
穀物酢	5	穀物酢	5	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	穀物酢	5	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4					車糖 上白糖	4				
牛乳	**牛乳**	**牛乳**	**牛乳1/2**	**ヨーグルト**	**牛乳**	
普通牛乳	200	普通牛乳	200	普通牛乳	200	牛乳	100	ひるがのヨーグルト	80	普通牛乳	200	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 444.0 kcal 脂質 14.1 g 蛋白質 18.3 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 553.0 kcal 脂質 14.3 g 蛋白質 20.1 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 412.0 kcal 脂質 12.4 g 蛋白質 20.1 g 食塩相当量 2.0 g	kcal 476.0 kcal 脂質 9.4 g 蛋白質 14.5 g 食塩相当量 1.9 g	kcal 384.0 kcal 脂質 5.7 g 蛋白質 12.5 g 炭水化物 74.5 g	kcal 386.0 kcal 脂質 12.3 g 蛋白質 19.8 g 炭水化物 54.8 g	kcal 264.0 kcal 脂質 4.7 g 蛋白質 13.2 g 炭水化物 45.2 g
昼 予定人数 10人 実施人数 10人	**昼** 予定人数 6人 実施人数 6人	**昼** 予定人数 5人 実施人数 5人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
豆腐ハンバーグ	**豆腐ハンバーグ**	**豆腐ハンバーグ**	**豆腐ハンバーグ**	**豆腐ハンバーグ**	**豆腐ハンバーグ**	**豆腐ハンバーグ**
日 豆腐野菜ハンバーグ((	60	日 豆腐野菜ハンバーグ((	60	日 豆腐野菜ハンバーグ((	60	日 豆腐野菜ハンバーグ((	60	日 豆腐野菜ハンバーグ((	60	日 豆腐野菜ハンバーグ((	60	日 豆腐野菜ハンバーグ((	60
トマトケチャップ	8	トマトケチャップ	8	トマトケチャップ	8	トマトケチャップ	8	トマトケチャップ	8	トマトケチャップ	8	トマトケチャップ	8
ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30
にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10
食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1
マッシュポテト	**マッシュポテト**	**マッシュポテト**	**マッシュポテト**	**マッシュポテト**	**マッシュポテト**	**マッシュポテト**
じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50
日 バターフレーバーオイ	5	日 バターフレーバーオイ	5	日 バターフレーバーオイ	5	日 バターフレーバーオイ	5	普通牛乳	15	日 バターフレーバーオイ	5	日 バターフレーバーオイ	5
普通牛乳	20	普通牛乳	20	普通牛乳	20	普通牛乳	20	食塩	0.3	普通牛乳	20	普通牛乳	20
食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1			食塩	0.1	食塩	0.1
パセリ 乾	0.01	パセリ 乾	0.01	パセリ 乾	0.01	パセリ 乾	0.01			パセリ 乾	0.01	パセリ 乾	0.01
レタスサラダ(海藻)	**レタスサラダ(海藻)**	**ホタテ和え(ﾁﾝｹﾞﾝｻｲ)**	**ホタテ和え(ﾁﾝｹﾞﾝｻｲ)**	**ホタテ和え(ﾁﾝｹﾞﾝｻｲ)**	**ホタテ和え(ﾁﾝｹﾞﾝｻｲ)**	**ホタテ和え(ﾁﾝｹﾞﾝｻｲ)**

献　立　表

令和 8年10月 5日 (月)

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
レタス 土耕栽培 結球葉	20	レタス 土耕栽培 結球葉	20	チンゲンサイ 葉 生	40	チンゲンサイ 葉 生	40	チンゲンサイ 葉 生	40	チンゲンサイ 葉 生	40	チンゲンサイ 葉 生	40
赤ピーマン 果実 生	10	赤ピーマン 果実 生	10	ほたてがい 水煮	20	ほたてがい 水煮	20	ほたてがい 水煮	20	ほたてがい 水煮	20	ほたてがい 水煮	20
日 海藻サラダ	2.5	日 海藻サラダ	2.5	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2
だいず ゆで 全粒 国産 黄	15	だいず ゆで 全粒 国産 黄	15										
＊ノンオイルたまねぎ	8	＊ノンオイルたまねぎ	8										
キウイフルーツ		**キウイフルーツ**		**モモ缶**		**モモ缶**		**キウイフルーツ**		**モモ缶**			
キウイフルーツ 緑肉種	80	キウイフルーツ 緑肉種	80	もも 缶詰	50	もも 缶詰	50	キウイフルーツ 緑肉種	80	もも 缶詰	50		
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 436.0 kcal 脂質 12.4 g 蛋白質 15.3 g 食塩相当量 2.0 g		kcal 545.0 kcal 脂質 12.6 g 蛋白質 17.1 g 食塩相当量 2.0 g		kcal 425.0 kcal 脂質 11.1 g 蛋白質 15.7 g 食塩相当量 1.5 g		kcal 550.0 kcal 脂質 11.9 g 蛋白質 13.4 g 食塩相当量 1.5 g		kcal 416.0 kcal 脂質 6.0 g 蛋白質 16.8 g 炭水化物 81.8 g		kcal 399.0 kcal 脂質 11.0 g 蛋白質 15.4 g 炭水化物 66.0 g		kcal 358.0 kcal 脂質 10.9 g 蛋白質 15.1 g 炭水化物 55.7 g	
夕 予定人数 10人 実施人数 10人		**夕** 予定人数 7人 実施人数 7人		**夕** 予定人数 5人 実施人数 5人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	
米飯 100g		**米飯 170g**		**米飯 100g**		**たんぱく質調整ごはん**		**全粥**		**全粥 200g**		**全粥 200g**	
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
ホッケの塩焼き		**ホッケの塩焼き**		**メルルーサの味噌かけ**		**メルルーサの味噌かけ**		**メルルーサの味噌かけ**		**メルルーサの味噌かけ**		**メルルーサの味噌かけ**	
ほっけ 生	60	ほっけ 生	60	メルルーサ 生	60	メルルーサ 生	60	メルルーサ 生	60	メルルーサ 生	60	メルルーサ 生	60
日 料理酒	3	日 料理酒	3	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1
食塩	0.8	食塩	0.8	日 料理酒	2	日 料理酒	2	日 料理酒	2	日 料理酒	2	日 料理酒	2
調合油	2	調合油	2	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8
さやいんげん 若ざや 生	20	さやいんげん 若ざや 生	20	みりん 本みりん	5	みりん 本みりん	5	みりん 本みりん	5	みりん 本みりん	5	みりん 本みりん	5
日 まろやか醤油	1	日 まろやか醤油	1	車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4
				日 料理酒	3	日 料理酒	3	日 料理酒	3	日 料理酒	3	日 料理酒	3
				さやいんげん 若ざや 生	20	さやいんげん 若ざや 生	20	さやいんげん 若ざや 生	20	さやいんげん 若ざや 生	20	さやいんげん 若ざや 生	20
				日 まろやか醤油	1	日 まろやか醤油	1	日 まろやか醤油	1	日 まろやか醤油	1	日 まろやか醤油	1
豆腐のとろみ煮		**豆腐のとろみ煮**		**豆腐のとろみ煮**		**豆腐のとろみ煮**		**豆腐のとろみ煮**		**豆腐のとろみ煮**		**豆腐のとろみ煮**	
だいず 木綿豆腐	60	だいず 木綿豆腐	60	だいず 木綿豆腐	60	だいず 木綿豆腐	60	だいず 木綿豆腐	60	だいず 木綿豆腐	60	だいず 木綿豆腐	60
にんじん 根 冷凍	20	にんじん 根 冷凍	20	にんじん 根 冷凍	20	にんじん 根 冷凍	20	にんじん 根 冷凍	20	にんじん 根 冷凍	20	にんじん 根 冷凍	20
日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4
みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3
じゃがいもでん粉	1.5	じゃがいもでん粉	1.5	じゃがいもでん粉	1.5	じゃがいもでん粉	1.5	じゃがいもでん粉	1.5	じゃがいもでん粉	1.5	じゃがいもでん粉	1.5
グリンピース 冷凍	3	グリンピース 冷凍	3	グリンピース 冷凍	3	グリンピース 冷凍	3	グリンピース 冷凍	3	グリンピース 冷凍	3	グリンピース 冷凍	3
レモン酢あえ(大根)		**レモン酢あえ(大根)**		**レモン醤油和え(大根)**		**レモン醤油和え(大根)**		**レモン醤油和え(大根)**		**レモン醤油和え(大根)**		**レモン醤油和え(大根)**	
だいこん 根 皮むき 生	50	だいこん 根 皮むき 生	50	だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60	だいこん 根 皮むき 生	60
りんご 皮つき 生	10	りんご 皮つき 生	10	だいこん類 だいこん 葉	5	だいこん類 だいこん 葉	5	だいこん類 だいこん 葉	5	だいこん類 だいこん 葉	5	だいこん類 だいこん 葉	5
レモン 果汁 生	6	レモン 果汁 生	6	レモン 果汁 生	0.5	レモン 果汁 生	0.5	レモン 果汁 生	0.5	レモン 果汁 生	0.5	レモン 果汁 生	0.5
穀物酢	2	穀物酢	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2
車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4										

献　立　表

令和 8年10月 5日 (月)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
小計	小計	小計	小計	小計	小計	小計
kcal 343.0 kcal 脂質 7.9 g	kcal 452.0 kcal 脂質 8.1 g	kcal 334.0 kcal 脂質 4.1 g	kcal 459.0 kcal 脂質 4.9 g	kcal 373.0 kcal 脂質 4.1 g	kcal 308.0 kcal 脂質 4.0 g	kcal 308.0 kcal 脂質 4.0 g
蛋白質 18.5 g 食塩相当量 1.5 g	蛋白質 20.3 g 食塩相当量 1.5 g	蛋白質 19.4 g 食塩相当量 2.0 g	蛋白質 17.1 g 食塩相当量 2.0 g	蛋白質 20.2 g 炭水化物 65.8 g	蛋白質 19.1 g 炭水化物 50.1 g	蛋白質 19.1 g 炭水化物 50.1 g
合計	合計	合計	合計	合計	合計	合計
kcal 1223.0 kcal 脂質 34.4 g	kcal 1550.0 kcal 脂質 35.0 g	kcal 1171.0 kcal 脂質 27.6 g	kcal 1485.0 kcal 脂質 26.2 g	kcal 1173.0 kcal 脂質 15.8 g	kcal 1093.0 kcal 脂質 27.3 g	kcal 930.0 kcal 脂質 19.6 g
蛋白質 52.1 g 食塩相当量 5.6 g	蛋白質 57.5 g 食塩相当量 5.6 g	蛋白質 55.2 g 食塩相当量 5.5 g	蛋白質 45.0 g 食塩相当量 5.4 g	蛋白質 49.5 g 炭水化物 222.1 g	蛋白質 54.3 g 炭水化物 170.9 g	蛋白質 47.4 g 炭水化物 151.0 g

献　立　表

令和 8年10月 6日 (火)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
朝 予定人数 10人 実施人数 10人	**朝** 予定人数 8人 実施人数 8人	**朝** 予定人数 5人 実施人数 5人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲全かゆ 精白米	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
味噌汁(豆腐)	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**
だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50
わかめ 乾燥わかめ 素:	1	わかめ 乾燥わかめ 素:	1	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	わかめ 乾燥わかめ 素:	1	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8
葉ねぎ 葉 生	3	葉ねぎ 葉 生	3	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	葉ねぎ 葉 生	3	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5
日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8					日 合わせ麦みそ	8				
日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5					日 和Qだし	0.5				
はんぺんと野菜のｿﾃｰ	**はんぺんと野菜のｿﾃｰ**	**はんぺんと野菜のｿﾃｰ**	**はんぺんと野菜のｿﾃｰ**	**はんぺんと野菜のｿﾃｰ**	**はんぺんと野菜のｿﾃｰ**	**はんぺんと野菜のｿﾃｰ**
日 野菜ソテー(ｷｬﾍﾞﾂ)	40	日 野菜ソテー(ｷｬﾍﾞﾂ)	40	日 野菜ソテー(ｷｬﾍﾞﾂ)	40	日 野菜ソテー(ｷｬﾍﾞﾂ)	40	日 野菜ソテー(ｷｬﾍﾞﾂ)	40	日 野菜ソテー(ｷｬﾍﾞﾂ)	40	日 野菜ソテー(ｷｬﾍﾞﾂ)	40
はんぺん	20	はんぺん	20	はんぺん	20	はんぺん	20	はんぺん	20	はんぺん	20	はんぺん	20
ささみ和え(小松菜)	**ささみ和え(小松菜)**	**ささみ和え(小松菜)**	**ささみ和え(小松菜)**	**ささみ和え(小松菜)**	**ささみ和え(小松菜)**	**ささみ和え(小松菜)**
こまつな 葉 生	50	こまつな 葉 生	50	こまつな 葉 生	50	こまつな 葉 生	50	こまつな 葉 生	50	こまつな 葉 生	50	こまつな 葉 生	50
若鶏肉 ささ身 生 にわ	15	若鶏肉 ささ身 生 にわ	15	若鶏肉 ささ身 生 にわ	15	若鶏肉 ささ身 生 にわ	15	若鶏肉 ささ身 生 にわ	15	若鶏肉 ささ身 生 にわ	15	若鶏肉 ささ身 生 にわ	15
日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2
牛乳	**牛乳**	**牛乳**	**牛乳1/2**	**ヨーグルト**	**牛乳**	
普通牛乳	200	普通牛乳	200	普通牛乳	200	牛乳	100	ひるがのヨーグルト	80	普通牛乳	200	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 399.0 kcal 脂質 12.4 g 蛋白質 20.7 g 食塩相当量 2.2 g	kcal 508.0 kcal 脂質 12.6 g 蛋白質 22.5 g 食塩相当量 2.2 g	kcal 396.0 kcal 脂質 12.4 g 蛋白質 20.5 g 食塩相当量 2.0 g	kcal 460.0 kcal 脂質 9.4 g 蛋白質 14.9 g 食塩相当量 1.9 g	kcal 393.0 kcal 脂質 7.6 g 蛋白質 17.9 g 炭水化物 67.1 g	kcal 370.0 kcal 脂質 12.3 g 蛋白質 20.2 g 炭水化物 50.4 g	kcal 248.0 kcal 脂質 4.7 g 蛋白質 13.6 g 炭水化物 40.8 g
昼 予定人数 10人 実施人数 10人	**昼** 予定人数 8人 実施人数 8人	**昼** 予定人数 5人 実施人数 5人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲全かゆ 精白米	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
とり肉ピカタ	**とり肉ピカタ**	**鶏肉柳川風**	**鶏肉柳川風**	**とり肉ピカタ**	**鶏肉柳川風**	**鶏肉柳川風**
若鶏肉 もも 皮なし 生 に:	60	若鶏肉 もも 皮なし 生 に:	60	はくさい 結球葉 生	60	はくさい 結球葉 生	60	はくさい 結球葉 生	60	若鶏肉 むね 皮なし 生 に	60	はくさい 結球葉 生	60	はくさい 結球葉 生	60
食塩	0.1	食塩	0.1	日 若鶏小間肉	40	日 若鶏小間肉	40	食塩	0.1	日 若鶏小間肉	40	日 若鶏小間肉	40
薄力粉 1等	2	薄力粉 1等	2	さやいんげん 若ざや 生	10	さやいんげん 若ざや 生	10	薄力粉 1等	2	さやいんげん 若ざや 生	10	さやいんげん 若ざや 生	10
鶏卵 全卵 生	10	鶏卵 全卵 生	10	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	鶏卵 全卵 生	10	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3
調合油	1	調合油	1	日 まろやか醤油	6	日 まろやか醤油	6	調合油	1	日 まろやか醤油	6	日 まろやか醤油	6
トマトケチャップ	8	トマトケチャップ	8	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	トマトケチャップ	8	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3
さやいんげん 若ざや 生	20	さやいんげん 若ざや 生	20	鶏卵 全卵 生	50	鶏卵 全卵 生	50	さやいんげん 若ざや 生	20	鶏卵 全卵 生	50	鶏卵 全卵 生	50
食塩	0.1	食塩	0.1					食塩	0.1				
春雨の酢の物(カニ)	**春雨の酢の物(カニ)**	**春雨和え(カニ)**	**春雨和え(カニ)**	**春雨和え(カニ)**	**春雨和え(カニ)**	**春雨和え(カニ)**
はるさめ 緑豆はるさめ	5	はるさめ 緑豆はるさめ	5	はるさめ 緑豆はるさめ	5	はるさめ 緑豆はるさめ	5	はるさめ 緑豆はるさめ	5	はるさめ 緑豆はるさめ	5	はるさめ 緑豆はるさめ	5
きゅうり 果実 生	20	きゅうり 果実 生	20	チンゲンサイ 葉 生	20	チンゲンサイ 葉 生	20	チンゲンサイ 葉 生	20	チンゲンサイ 葉 生	20	チンゲンサイ 葉 生	20
かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10

献　立　表

令和 8年10月 6日 (火)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
穀物酢 6	穀物酢 6	日 まろやか醤油 1.5	日 まろやか醤油 1.5	日 まろやか醤油 1.5	日 まろやか醤油 1.5	日 まろやか醤油 1.5
パルスイート 液体タイプ 1.5	パルスイート 液体タイプ 1.5					
じゃが芋ミルクスープ	**じゃが芋ミルクスープ**	**じゃが芋ミルクスープ**	**じゃが芋ミルクスープ**	**じゃが芋ミルクスープ**	**じゃが芋ミルクスープ**	**じゃが芋ミルクスープ**
じゃがいも 塊茎 生 40	じゃがいも 塊茎 生 40	じゃがいも 塊茎 生 40	じゃがいも 塊茎 生 40	じゃがいも 塊茎 生 40	じゃがいも 塊茎 生 40	じゃがいも 塊茎 生 40
にんじん 根 冷凍 10	にんじん 根 冷凍 10	にんじん 根 冷凍 10	にんじん 根 冷凍 10	にんじん 根 冷凍 10	にんじん 根 冷凍 10	にんじん 根 冷凍 10
たまねぎ りん茎 生 20	たまねぎ りん茎 生 20	たまねぎ りん茎 生 20	たまねぎ りん茎 生 20	たまねぎ りん茎 生 20	たまねぎ りん茎 生 20	たまねぎ りん茎 生 20
日 風味豊かなコンソメ 1.5	日 風味豊かなコンソメ 1.5	日 風味豊かなコンソメ 1.5	日 風味豊かなコンソメ 1.5	日 風味豊かなコンソメ 1.5	日 風味豊かなコンソメ 1.5	日 風味豊かなコンソメ 1.5
食塩 0.1	食塩 0.1	食塩 0.1	食塩 0.1	食塩 0.1	食塩 0.1	食塩 0.1
普通牛乳 20	普通牛乳 20	普通牛乳 20	普通牛乳 20	普通牛乳 20	普通牛乳 20	普通牛乳 20
さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3
パイン	**パイン**	**りんごダイス缶**	**りんごダイス缶**	**パイン**	**りんごダイス缶**	
パインアップル 生 80	パインアップル 生 80	りんご 缶詰 50	りんご 缶詰 50	パインアップル 生 80	りんご 缶詰 50	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 392.0 kcal 脂質 6.3 g 蛋白質 19.6 g 食塩相当量 1.2 g	kcal 501.0 kcal 脂質 6.5 g 蛋白質 21.4 g 食塩相当量 1.2 g	kcal 458.0 kcal 脂質 12.2 g 蛋白質 19.9 g 食塩相当量 1.7 g	kcal 583.0 kcal 脂質 13.0 g 蛋白質 17.6 g 食塩相当量 1.7 g	kcal 424.0 kcal 脂質 4.4 g 蛋白質 23.0 g 炭水化物 80.1 g	kcal 432.0 kcal 脂質 12.1 g 蛋白質 19.6 g 炭水化物 66.2 g	kcal 391.0 kcal 脂質 12.0 g 蛋白質 19.4 g 炭水化物 56.1 g
夕 予定人数 10人 実施人数 10人	**夕** 予定人数 8人 実施人数 8人	**夕** 予定人数 5人 実施人数 5人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる 100	こめ 水稲めし 精白米 うる 170	こめ 水稲めし 精白米 うる 100	たんぱく質調整ごはん1/2 180	こめ 水稲全かゆ 精白米 300	こめ 水稲全かゆ 精白米 200	こめ 水稲全かゆ 精白米 200
焼き魚あんかけ(ホキ)	**焼き魚あんかけ(ホキ)**	**蒸し魚あんかけ(ホキ)**	**蒸し魚あんかけ(ホキ)**	**蒸し魚あんかけ(ホキ)**	**蒸し魚あんかけ(ホキ)**	**蒸し魚あんかけ(ホキ)**
ホキ 生 60	ホキ 生 60	ホキ 生 60	ホキ 生 60	ホキ 生 60	ホキ 生 60	ホキ 生 60
日 料理酒 2	日 料理酒 2	日 料理酒 2	日 料理酒 2	日 料理酒 2	日 料理酒 2	日 料理酒 2
食塩 0.1	食塩 0.1	調合油 1	調合油 1	調合油 1	調合油 1	調合油 1
じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	たまねぎ りん茎 生 30	たまねぎ りん茎 生 30	たまねぎ りん茎 生 30	たまねぎ りん茎 生 30	たまねぎ りん茎 生 30
調合油 2	調合油 2	日 まろやか醤油 6	日 まろやか醤油 6	日 まろやか醤油 6	日 まろやか醤油 6	日 まろやか醤油 6
たまねぎ りん茎 生 40	たまねぎ りん茎 生 40	車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3
日 まろやか醤油 8	日 まろやか醤油 8	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2
車糖 上白糖 4	車糖 上白糖 4	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3
じゃがいもでん粉 3	じゃがいもでん粉 3					
さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3					
がんも煮	**がんも煮**	**炒り豆腐(大根葉)**	**炒り豆腐(大根葉)**	**炒り豆腐(大根葉)**	**炒り豆腐(大根葉)**	**炒り豆腐(大根葉)**
だいず がんもどき 28	だいず がんもどき 28	だいず 木綿豆腐 50	だいず 木綿豆腐 50	だいず 木綿豆腐 50	だいず 木綿豆腐 50	だいず 木綿豆腐 50
にんじん 根 冷凍 15	にんじん 根 冷凍 15	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20
車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	だいこん類 だいこん 葉 5	だいこん類 だいこん 葉 5	だいこん類 だいこん 葉 5	だいこん類 だいこん 葉 5	だいこん類 だいこん 葉 5
日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	調合油 1	調合油 1	調合油 1	調合油 1	調合油 1
だいこん類 だいこん 葉 5	だいこん類 だいこん 葉 5	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4
		車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2

献　立　表

令和 8年10月 6日 (火)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
いかのマヨ和え	**いかのマヨ和え**	**ツナマヨ和え(菜の花)**	**ツナマヨ和え(菜の花)**	**ツナ和え(菜の花)**	**ツナマヨ和え(菜の花)**	**ツナマヨ和え(菜の花)**
和種なばな 花らい・茎 50	和種なばな 花らい・茎 50	和種なばな 花らい・茎 50	和種なばな 花らい・茎 50	和種なばな 花らい・茎 50	和種なばな 花らい・茎 50	和種なばな 花らい・茎 50
いか類 するめいか 生 20	いか類 するめいか 生 20	日 かつお水煮フレーク 15	日 かつお水煮フレーク 15	日 かつお水煮フレーク 15	日 かつお水煮フレーク 15	日 かつお水煮フレーク 15
マヨネーズ 全卵型 8	マヨネーズ 全卵型 8	マヨネーズ 全卵型 5	マヨネーズ 全卵型 5	日 まろやか醤油 3	マヨネーズ 全卵型 5	マヨネーズ 全卵型 5
ごま 乾 1	ごま 乾 1					
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 446.0 kcal 脂質 15.0 g	kcal 555.0 kcal 脂質 15.2 g	kcal 376.0 kcal 脂質 9.7 g	kcal 501.0 kcal 脂質 10.5 g	kcal 384.0 kcal 脂質 5.9 g	kcal 350.0 kcal 脂質 9.6 g	kcal 350.0 kcal 脂質 9.6 g
蛋白質 24.6 g 食塩相当量 1.8 g	蛋白質 26.4 g 食塩相当量 1.8 g	蛋白質 22.9 g 食塩相当量 1.4 g	蛋白質 20.6 g 食塩相当量 1.4 g	蛋白質 23.8 g 炭水化物 63.3 g	蛋白質 22.6 g 炭水化物 47.5 g	蛋白質 22.6 g 炭水化物 47.5 g
合計	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**
kcal 1237.0 kcal 脂質 33.7 g	kcal 1564.0 kcal 脂質 34.3 g	kcal 1230.0 kcal 脂質 34.3 g	kcal 1544.0 kcal 脂質 32.9 g	kcal 1201.0 kcal 脂質 17.9 g	kcal 1152.0 kcal 脂質 34.0 g	kcal 989.0 kcal 脂質 26.3 g
蛋白質 64.9 g 食塩相当量 5.2 g	蛋白質 70.3 g 食塩相当量 5.2 g	蛋白質 63.3 g 食塩相当量 5.1 g	蛋白質 53.1 g 食塩相当量 5.0 g	蛋白質 64.7 g 炭水化物 210.5 g	蛋白質 62.4 g 炭水化物 164.1 g	蛋白質 55.6 g 炭水化物 144.4 g

献　立　表

令和 8年10月 7日 (水)

糖尿1200常菜食

朝 予定人数 10人 実施人数 10人

米飯 100g
- こめ 水稲めし 精白米 うる 100

味噌汁(油揚げ)
- だいず 油揚げ 生 5
- はくさい 結球葉 生 40
- 葉ねぎ 葉 生 3
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

だし巻きたまご
- 日 だし巻きたまご 50

ささみ和え(ホウレンソウ)
- ほうれんそう 葉 冷凍 40
- にんじん 根 冷凍 10
- 若鶏肉 ささ身 生 にわ 15
- 日 まろやか醤油 2

牛乳
- 普通牛乳 200

小計
kcal 415.0 kcal 脂質 14.6 g
蛋白質 21.6 g 食塩相当量 2.0 g

昼 予定人数 10人 実施人数 10人

米飯 100g
- こめ 水稲めし 精白米 うる 100

豚肉とキャベツの味噌炒め
- 日 豚もも肉(スライス・酢豚用 50
- 日 料理酒 1.5
- 日 まろやか醤油 1.5
- キャベツ 結球葉 生 60
- 青ピーマン 果実 生 20
- 赤ピーマン 果実 生 10
- 調合油 2
- しょうが 根茎 生 1
- 日 合わせ麦みそ 6
- 日 まろやか醤油 1.5
- みりん 本みりん 2
- 車糖 上白糖 1.5

心臓塩6g常菜食

朝 予定人数 8人 実施人数 8人

米飯 170g
- こめ 水稲めし 精白米 うる 170

味噌汁(油揚げ)
- だいず 油揚げ 生 5
- はくさい 結球葉 生 40
- 葉ねぎ 葉 生 3
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

だし巻きたまご
- 日 だし巻きたまご 50

ささみ和え(ホウレンソウ)
- ほうれんそう 葉 冷凍 40
- にんじん 根 冷凍 10
- 若鶏肉 ささ身 生 にわ 15
- 日 まろやか醤油 2

牛乳
- 普通牛乳 200

小計
kcal 524.0 kcal 脂質 14.8 g
蛋白質 23.4 g 食塩相当量 2.0 g

昼 予定人数 6人 実施人数 6人

米飯 170g
- こめ 水稲めし 精白米 うる 170

豚肉とキャベツの味噌炒め
- 日 豚もも肉(スライス・酢豚用 50
- 日 料理酒 1.5
- 日 まろやか醤油 1.5
- キャベツ 結球葉 生 60
- 青ピーマン 果実 生 20
- 赤ピーマン 果実 生 10
- 調合油 2
- しょうが 根茎 生 1
- 日 合わせ麦みそ 6
- 日 まろやか醤油 1.5
- みりん 本みりん 2
- 車糖 上白糖 1.5

糖尿1200五分菜食

朝 予定人数 5人 実施人数 5人

米飯 100g
- こめ 水稲めし 精白米 うる 100

味噌汁(白菜)
- はくさい 結球葉 生 40
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

だし巻きたまご
- 日 だし巻きたまご 50

ささみ和え(ホウレンソウ)
- ほうれんそう 葉 冷凍 40
- にんじん 根 冷凍 10
- 若鶏肉 ささ身 生 にわ 15
- 日 まろやか醤油 2

牛乳
- 普通牛乳 200

小計
kcal 395.0 kcal 脂質 12.9 g
蛋白質 20.3 g 食塩相当量 2.0 g

昼 予定人数 5人 実施人数 5人

米飯 100g
- こめ 水稲めし 精白米 うる 100

豆腐肉味噌かけ
- だいず 木綿豆腐 100
- 日 鶏ミンチ 40
- たまねぎ りん茎 生 20
- さやいんげん 若ざや 生 5
- 調合油 1
- 日 合わせ麦みそ 12
- 車糖 上白糖 5
- みりん 本みりん 6

腎臓五分菜食

朝 予定人数 0人 実施人数 0人

たんぱく質調整ごはん
- たんぱく質調整ごはん1/2 180

味噌汁(白菜)
- はくさい 結球葉 生 40
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

だし巻きたまご
- 日 だし巻きたまご 50

ささみ和え(ホウレンソウ)
- ほうれんそう 葉 冷凍 40
- にんじん 根 冷凍 10
- 若鶏肉 ささ身 生 にわ 15
- 日 まろやか醤油 2

牛乳1/2
- 牛乳 100

小計
kcal 459.0 kcal 脂質 9.9 g
蛋白質 14.7 g 食塩相当量 1.9 g

昼 予定人数 0人 実施人数 0人

たんぱく質調整ごはん
- たんぱく質調整ごはん1/2 180

豆腐肉味噌かけ
- だいず 木綿豆腐 100
- 日 鶏ミンチ 40
- たまねぎ りん茎 生 20
- さやいんげん 若ざや 生 5
- 調合油 1
- 日 合わせ麦みそ 12
- 車糖 上白糖 5
- みりん 本みりん 6

肝胆膵炎軟菜食

朝 予定人数 0人 実施人数 0人

全粥
- こめ 水稲全かゆ 精白米 300

味噌汁(白菜)
- はくさい 結球葉 生 40
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

だし巻きたまご1/2
- 日 だし巻きたまご 25

ささみ和え(ホウレンソウ)
- ほうれんそう 葉 冷凍 40
- にんじん 根 冷凍 10
- 若鶏肉 ささ身 生 にわ 15
- 日 まろやか醤油 2

ヨーグルト
- ひるがのヨーグルト 80

小計
kcal 357.0 kcal 脂質 5.9 g
蛋白質 15.1 g 炭水化物 64.3 g

昼 予定人数 0人 実施人数 0人

全粥
- こめ 水稲全かゆ 精白米 300

豆腐肉味噌かけ
- だいず 木綿豆腐 60
- 日 鶏ミンチ 25
- たまねぎ りん茎 生 20
- さやいんげん 若ざや 生 5
- 日 合わせ麦みそ 12
- 車糖 上白糖 5
- みりん 本みりん 6

潰瘍軟菜食

朝 予定人数 0人 実施人数 0人

全粥 200g
- こめ 水稲全かゆ 精白米 200

味噌汁(白菜)
- はくさい 結球葉 生 40
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

だし巻きたまご
- 日 だし巻きたまご 50

ささみ和え(ホウレンソウ)
- ほうれんそう 葉 冷凍 40
- にんじん 根 冷凍 10
- 若鶏肉 ささ身 生 にわ 15
- 日 まろやか醤油 2

牛乳
- 普通牛乳 200

小計
kcal 369.0 kcal 脂質 12.8 g
蛋白質 20.0 g 炭水化物 49.0 g

昼 予定人数 0人 実施人数 0人

全粥 200g
- こめ 水稲全かゆ 精白米 200

豆腐肉味噌かけ
- だいず 木綿豆腐 100
- 日 鶏ミンチ 40
- たまねぎ りん茎 生 20
- さやいんげん 若ざや 生 5
- 調合油 1
- 日 合わせ麦みそ 12
- 車糖 上白糖 5
- みりん 本みりん 6

胃切軟菜食

朝 予定人数 0人 実施人数 0人

全粥 200g
- こめ 水稲全かゆ 精白米 200

味噌汁(白菜)
- はくさい 結球葉 生 40
- 日 合わせ麦みそ 8
- 日 和Qだし 0.5

だし巻きたまご
- 日 だし巻きたまご 50

ささみ和え(ホウレンソウ)
- ほうれんそう 葉 冷凍 40
- にんじん 根 冷凍 10
- 若鶏肉 ささ身 生 にわ 15
- 日 まろやか醤油 2

小計
kcal 247.0 kcal 脂質 5.2 g
蛋白質 13.4 g 炭水化物 39.4 g

昼 予定人数 0人 実施人数 0人

全粥 200g
- こめ 水稲全かゆ 精白米 200

豆腐肉味噌かけ
- だいず 木綿豆腐 100
- 日 鶏ミンチ 40
- たまねぎ りん茎 生 20
- さやいんげん 若ざや 生 5
- 調合油 1
- 日 合わせ麦みそ 12
- 車糖 上白糖 5
- みりん 本みりん 6

献　立　表

令和 8年10月 7日 (水)

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
ｶﾘﾌﾗﾜｰかに風味あん		**ｶﾘﾌﾗﾜｰかに風味あん**		**ｶﾘﾌﾗﾜｰかに風味あん**		**ｶﾘﾌﾗﾜｰかに風味あん**		**ｶﾘﾌﾗﾜｰかに風味あん**		**ｶﾘﾌﾗﾜｰかに風味あん**		**ｶﾘﾌﾗﾜｰかに風味あん**	
カリフラワー　花序　生	60	カリフラワー　花序　生	60	カリフラワー　花序　生	60	カリフラワー　花序　生	60	カリフラワー　花序　生	60	カリフラワー　花序　生	60	カリフラワー　花序　生	60
かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10	かに風味かまぼこ	10
日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
みりん　本みりん	2	みりん　本みりん	2	みりん　本みりん	2	みりん　本みりん	2	みりん　本みりん	2	みりん　本みりん	2	みりん　本みりん	2
じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1
グリンピース　冷凍	3	グリンピース　冷凍	3	グリンピース　冷凍	3	グリンピース　冷凍	3	グリンピース　冷凍	3	グリンピース　冷凍	3	グリンピース　冷凍	3
和風マリネ		**和風マリネ**		**ツナマヨ和え(小松菜)**		**ツナマヨ和え(小松菜)**		**ツナ和え(小松菜)**		**ツナマヨ和え(小松菜)**		**ツナマヨ和え(小松菜)**	
わかめ　乾燥わかめ　素:	2.5	わかめ　乾燥わかめ　素:	2.5	こまつな　葉　生	50	こまつな　葉　生	50	こまつな　葉　生	50	こまつな　葉　生	50	こまつな　葉　生	50
ぶなしめじ　生	20	ぶなしめじ　生	20	日 かつお水煮フレーク	10	日 かつお水煮フレーク	10	種除く 日 かつお水煮フレーク	10	日 かつお水煮フレーク	10	日 かつお水煮フレーク	10
たまねぎ　りん茎　生	20	たまねぎ　りん茎　生	20	マヨネーズ　全卵型	5	マヨネーズ　全卵型	5	日 まろやか醤油	3	マヨネーズ　全卵型	5	マヨネーズ　全卵型	5
日 かつお水煮フレーク	10	日 かつお水煮フレーク	10										
日 まろやか醤油	0.5	日 まろやか醤油	0.5										
穀物酢	6	穀物酢	6										
パルスイート　液体タイプ	1	パルスイート　液体タイプ	1										
調合油	3	調合油	3										
オレンジ		**オレンジ**		**おろしバナナ**		**おろしバナナ**		**オレンジ**		**おろしバナナ**			
ｵﾚﾝｼﾞﾈｰﾌﾞﾙ 砂じょう 生	80	ｵﾚﾝｼﾞﾈｰﾌﾞﾙ 砂じょう 生	80	おろしバナナ	50	おろしバナナ	50	ｵﾚﾝｼﾞﾈｰﾌﾟﾙ 砂じょう 生	80	おろしバナナ	50		
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 436.0 kcal 脂質 11.3 g 蛋白質 21.7 g 食塩相当量 2.0 g		kcal 545.0 kcal 脂質 11.5 g 蛋白質 23.5 g 食塩相当量 2.0 g		kcal 491.0 kcal 脂質 13.4 g 蛋白質 26.1 g 食塩相当量 2.0 g		kcal 616.0 kcal 脂質 14.2 g 蛋白質 23.8 g 食塩相当量 2.0 g		kcal 433.0 kcal 脂質 5.8 g 蛋白質 21.3 g 炭水化物 78.7 g		kcal 465.0 kcal 脂質 13.3 g 蛋白質 25.8 g 炭水化物 65.6 g		kcal 419.0 kcal 脂質 13.3 g 蛋白質 25.4 g 炭水化物 54.1 g	
夕 予定人数 10人 実施人数 10人		**夕** 予定人数 6人 実施人数 6人		**夕** 予定人数 5人 実施人数 5人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	
菜めし		**菜めし**		**菜めし**		**菜めし**		**菜めし粥**		**菜めし粥**		**菜めし粥**	
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ　水稲全かゆ　精白米	300	こめ　水稲全かゆ　精白米	200	こめ　水稲全かゆ　精白米	200
菜めし	1.5	菜めし	1.5	菜めし	1.5	菜めし	1.5	菜めし	2	菜めし	1.5	菜めし	1.5
赤魚の酒蒸し		**赤魚の酒蒸し**		**赤魚の酒蒸し**		**赤魚の酒蒸し**		**赤魚の酒蒸し**		**赤魚の酒蒸し**		**赤魚の酒蒸し**	
日 赤魚	60	日 赤魚	60	日 赤魚	60	日 赤魚	60	日 赤魚	60	日 赤魚	60	日 赤魚	60
食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1
日 料理酒	5	日 料理酒	5	日 料理酒	5	日 料理酒	5	日 料理酒	5	日 料理酒	5	日 料理酒	5
えのきたけ　生	30	えのきたけ　生	30	たまねぎ　りん茎　生	30	たまねぎ　りん茎　生	30	えのきたけ　生	30	たまねぎ　りん茎　生	30	たまねぎ　りん茎　生	30
たまねぎ　りん茎　生	30	たまねぎ　りん茎　生	30	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	たまねぎ　りん茎　生	30	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5
日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	みりん　本みりん	2	みりん　本みりん	2	日 まろやか醤油	5	みりん　本みりん	2	みりん　本みりん	2
みりん　本みりん	2	みりん　本みりん	2	さやえんどう　若ざや　生	3	さやえんどう　若ざや　生	3	みりん　本みりん	2	さやえんどう　若ざや　生	3	さやえんどう　若ざや　生	3
さやえんどう　若ざや　生	3	さやえんどう　若ざや　生	3					さやえんどう　若ざや　生	3				
蓮根炒めなます		**蓮根炒めなます**		**さつま芋の甘煮**		**さつま芋の甘煮**		**さつま芋の甘煮**		**さつま芋の甘煮**		**さつま芋の甘煮**	
れんこん　根茎　生	50	れんこん　根茎　生	50	さつまいも　塊根　皮むき	35	さつまいも　塊根　皮むき	35	さつまいも　塊根　皮むき	70	さつまいも　塊根　皮むき	70	さつまいも　塊根　皮むき	70
にんじん　根　冷凍	20	にんじん　根　冷凍	20	車糖　上白糖	3	車糖　上白糖	3	車糖　上白糖	6	車糖　上白糖	6	車糖　上白糖	6

献　立　表

令和 8年10月 7日 (水)

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
きくらげ 乾	1	きくらげ 乾	1										
だいず 油揚げ 生	5	だいず 油揚げ 生	5										
ごま 乾	2	ごま 乾	2										
調合油	2	調合油	2										
穀物酢	6	穀物酢	6										
車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4										
日 まろやか醤油	0.5	日 まろやか醤油	0.5										
わさび醤油あえ(白菜)		**わさび醤油あえ(白菜)**		**ゆかり和え(白菜)**		**ゆかり和え(白菜)**		**ゆかり和え(白菜)**		**白菜のお浸し**		**白菜のお浸し**	
はくさい 結球葉 生	60	はくさい 結球葉 生	60	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50
生しいたけ 菌床栽培 生	10	生しいたけ 菌床栽培 生	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10
わさび 練り	0.5	わさび 練り	0.5	ゆかり	0.7	ゆかり	0.7	ゆかり	0.7	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
日 まろやか醤油	2.5	日 まろやか醤油	2.5										
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 373.0 kcal 脂質 7.5 g 蛋白質 18.5 g 食塩相当量 1.8 g		kcal 482.0 kcal 脂質 7.7 g 蛋白質 20.3 g 食塩相当量 1.8 g		kcal 308.0 kcal 脂質 2.5 g 蛋白質 14.8 g 食塩相当量 1.8 g		kcal 433.0 kcal 脂質 3.3 g 蛋白質 12.5 g 食塩相当量 1.8 g		kcal 413.0 kcal 脂質 2.6 g 蛋白質 16.8 g 炭水化物 85.4 g		kcal 338.0 kcal 脂質 2.4 g 蛋白質 15.0 g 炭水化物 67.3 g		kcal 338.0 kcal 脂質 2.4 g 蛋白質 15.0 g 炭水化物 67.3 g	
合計		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**	
kcal 1224.0 kcal 脂質 33.4 g 蛋白質 61.8 g 食塩相当量 5.8 g		kcal 1551.0 kcal 脂質 34.0 g 蛋白質 67.2 g 食塩相当量 5.8 g		kcal 1194.0 kcal 脂質 28.8 g 蛋白質 61.2 g 食塩相当量 5.8 g		kcal 1508.0 kcal 脂質 27.4 g 蛋白質 51.0 g 食塩相当量 5.7 g		kcal 1203.0 kcal 脂質 14.3 g 蛋白質 53.2 g 炭水化物 228.4 g		kcal 1172.0 kcal 脂質 28.5 g 蛋白質 60.8 g 炭水化物 181.9 g		kcal 1004.0 kcal 脂質 20.9 g 蛋白質 53.8 g 炭水化物 160.8 g	

献　立　表

令和 8年10月 8日 (木)

糖尿1200常菜食

朝 予定人数 10人 実施人数 10人

米飯　100g

こめ 水稲めし 精白米 うる	100

味噌汁(油揚げ)

だいず 油揚げ 生	5
ぶなしめじ 生	30
日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5

豆腐の卵とじ

鶏卵 全卵 生	40
キャベツ 結球葉 生	15
にんじん 根 冷凍	5
だいず ソフト豆腐	30
さやいんげん 若ざや 生	5
日 まろやか醤油	4
車糖 上白糖	2

青梗菜のお浸し(完)

日 チンゲンサイのお浸し	40

牛乳

普通牛乳	200

小計

kcal 421.0 kcal 脂質 15.3 g
蛋白質 19.6 g 食塩相当量 2.3 g

昼 予定人数 10人 実施人数 10人

米飯　100g

こめ 水稲めし 精白米 うる	100

あじ蒲焼き

まあじ 皮つき、生	60
日 調理酒	1
薄力粉 1等	2
調合油	6
日 まろやか醤油	6
みりん 本みりん	2
車糖 上白糖	3
ほうれんそう 葉 冷凍	30

梅冷奴(ネギ)

だいず 絹ごし豆腐	50

心臓塩6g常菜食

朝 予定人数 6人 実施人数 6人

米飯　170g

こめ 水稲めし 精白米 うる	170

味噌汁(油揚げ)

だいず 油揚げ 生	5
ぶなしめじ 生	30
日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5

豆腐の卵とじ

鶏卵 全卵 生	40
キャベツ 結球葉 生	15
にんじん 根 冷凍	5
だいず ソフト豆腐	30
さやいんげん 若ざや 生	5
日 まろやか醤油	4
車糖 上白糖	2

青梗菜のお浸し(完)

日 チンゲンサイのお浸し	40

牛乳

普通牛乳	200

小計

kcal 530.0 kcal 脂質 15.5 g
蛋白質 21.4 g 食塩相当量 2.3 g

昼 予定人数 6人 実施人数 6人

米飯　170g

こめ 水稲めし 精白米 うる	170

あじ蒲焼き

まあじ 皮つき、生	60
日 調理酒	1
薄力粉 1等	2
調合油	6
日 まろやか醤油	6
みりん 本みりん	2
車糖 上白糖	3
ほうれんそう 葉 冷凍	30

梅冷奴(ネギ)

だいず 絹ごし豆腐	50

糖尿1200五分菜食

朝 予定人数 5人 実施人数 5人

米飯　100g

こめ 水稲めし 精白米 うる	100

味噌汁(茄子)

なす類 なす 果実 生	30
日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5

豆腐の卵とじ

鶏卵 全卵 生	40
キャベツ 結球葉 生	15
にんじん 根 冷凍	5
だいず ソフト豆腐	30
さやいんげん 若ざや 生	5
日 まろやか醤油	4
車糖 上白糖	2

青梗菜のお浸し(完)

日 チンゲンサイのお浸し	40

牛乳

普通牛乳	200

小計

kcal 400.0 kcal 脂質 13.4 g
蛋白質 17.9 g 食塩相当量 2.3 g

昼 予定人数 4人 実施人数 4人

米飯　100g

こめ 水稲めし 精白米 うる	100

アジのおろし煮

まあじ 皮つき、生	60
日 料理酒	3
じゃがいもでん粉	2
調合油	1
日 まろやか醤油	5
みりん 本みりん	4
だいこん 根 皮むき 生	50
ほうれんそう 葉 冷凍	30

梅冷奴(白菜)

だいず 絹ごし豆腐	50

腎臓五分菜食

朝 予定人数 0人 実施人数 0人

たんぱく質調整ごはん

たんぱく質調整ごはん1/	180

味噌汁(茄子)

なす類 なす 果実 生	30
日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5

豆腐の卵とじ

鶏卵 全卵 生	40
キャベツ 結球葉 生	15
にんじん 根 冷凍	5
だいず ソフト豆腐	30
さやいんげん 若ざや 生	5
日 まろやか醤油	4
車糖 上白糖	2

青梗菜のお浸し(完)

日 チンゲンサイのお浸し	40

牛乳1/2

牛乳	100

小計

kcal 464.0 kcal 脂質 10.4 g
蛋白質 12.3 g 食塩相当量 2.2 g

昼 予定人数 0人 実施人数 0人

たんぱく質調整ごはん

たんぱく質調整ごはん1/	180

アジのおろし煮

まあじ 皮つき、生	60
日 料理酒	3
じゃがいもでん粉	2
調合油	1
日 まろやか醤油	5
みりん 本みりん	4
だいこん 根 皮むき 生	50
ほうれんそう 葉 冷凍	30

梅冷奴(白菜)

だいず 絹ごし豆腐	50

肝胆膵炎軟菜食

朝 予定人数 0人 実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300

味噌汁(茄子)

なす類 なす 果実 生	30
日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5

豆腐の卵とじ

鶏卵 全卵 生	40
キャベツ 結球葉 生	15
にんじん 根 冷凍	5
だいず ソフト豆腐	30
さやいんげん 若ざや 生	5
日 まろやか醤油	4
車糖 上白糖	2

青梗菜のお浸し(完)

日 チンゲンサイのお浸し	40

ヨーグルト

ひるがのヨーグルト	80

小計

kcal 394.0 kcal 脂質 8.6 g
蛋白質 15.1 g 炭水化物 67.3 g

昼 予定人数 0人 実施人数 0人

全粥

こめ 水稲全かゆ 精白米	300

ホキのおろし煮

ホキ 生	60
日 料理酒	3
じゃがいもでん粉	2
調合油	1
日 まろやか醤油	5
みりん 本みりん	4
だいこん 根 皮むき 生	50
ほうれんそう 葉 冷凍	30

梅冷奴(白菜)

だいず 絹ごし豆腐	50

潰瘍軟菜食

朝 予定人数 0人 実施人数 0人

全粥　200g

こめ 水稲全かゆ 精白米	200

味噌汁(茄子)

なす類 なす 果実 生	30
日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5

豆腐の卵とじ

鶏卵 全卵 生	40
キャベツ 結球葉 生	15
にんじん 根 冷凍	5
だいず ソフト豆腐	30
さやいんげん 若ざや 生	5
日 まろやか醤油	4
車糖 上白糖	2

青梗菜のお浸し(完)

日 チンゲンサイのお浸し	40

牛乳

普通牛乳	200

小計

kcal 374.0 kcal 脂質 13.3 g
蛋白質 17.6 g 炭水化物 51.2 g

昼 予定人数 0人 実施人数 0人

全粥　200g

こめ 水稲全かゆ 精白米	200

ホキのおろし煮

ホキ 生	60
日 料理酒	3
じゃがいもでん粉	2
調合油	1
日 まろやか醤油	5
みりん 本みりん	4
だいこん 根 皮むき 生	50
ほうれんそう 葉 冷凍	30

冷奴(白菜)

だいず 絹ごし豆腐	50

胃切軟菜食

朝 予定人数 0人 実施人数 0人

全粥　200g

こめ 水稲全かゆ 精白米	200

味噌汁(茄子)

なす類 なす 果実 生	30
日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5

豆腐の卵とじ

鶏卵 全卵 生	40
キャベツ 結球葉 生	15
にんじん 根 冷凍	5
だいず ソフト豆腐	30
さやいんげん 若ざや 生	5
日 まろやか醤油	4
車糖 上白糖	2

青梗菜のお浸し(完)

日 チンゲンサイのお浸し	40

小計

kcal 252.0 kcal 脂質 5.7 g
蛋白質 11.0 g 炭水化物 41.6 g

昼 予定人数 0人 実施人数 0人

全粥　200g

こめ 水稲全かゆ 精白米	200

ホキのおろし煮

ホキ 生	60
日 料理酒	3
じゃがいもでん粉	2
調合油	1
日 まろやか醤油	5
みりん 本みりん	4
だいこん 根 皮むき 生	50
ほうれんそう 葉 冷凍	30

冷奴(白菜)

だいず 絹ごし豆腐	50

献　立　表

令和 8年10月 8日 (木)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
日 しそねり梅 3	日 しそねり梅 3	日 しそねり梅 3	日 しそねり梅 3	日 しそねり梅 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3
葉ねぎ 葉 生 2	葉ねぎ 葉 生 2	はくさい 結球葉 生 10	はくさい 結球葉 生 10	はくさい 結球葉 生 10	はくさい 結球葉 生 10	はくさい 結球葉 生 10
里芋味噌煮	**里芋味噌煮**	**里芋味噌煮**	**里芋味噌煮**	**里芋味噌煮**	**里芋味噌煮**	**里芋味噌煮**
さといも 球茎 生 60	さといも 球茎 生 60	さといも 球茎 生 60	さといも 球茎 生 60	さといも 球茎 生 60	さといも 球茎 生 60	さといも 球茎 生 60
にんじん 根 皮つき 生 10	にんじん 根 皮つき 生 10	にんじん 根 皮つき 生 10	にんじん 根 皮つき 生 10	にんじん 根 皮つき 生 10	にんじん 根 皮つき 生 10	にんじん 根 皮つき 生 10
さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5
日 合わせ麦みそ 4	日 合わせ麦みそ 4	日 合わせ麦みそ 4	日 合わせ麦みそ 4	日 合わせ麦みそ 4	日 合わせ麦みそ 4	日 合わせ麦みそ 4
車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2	車糖 上白糖 2
みりん 本みりん 1	みりん 本みりん 1	みりん 本みりん 1	みりん 本みりん 1	みりん 本みりん 1	みりん 本みりん 1	みりん 本みりん 1
リンゴ	**リンゴ**	**りんごダイス缶**	**りんごダイス缶**	**リンゴ**	**りんごダイス缶**	
りんご 皮むき 生 80	りんご 皮むき 生 80	りんご 缶詰 70	りんご 缶詰 70	りんご 皮むき 生 80	りんご 缶詰 70	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 443.0 kcal 脂質 11.4 g 蛋白質 20.2 g 食塩相当量 1.8 g	kcal 552.0 kcal 脂質 11.6 g 蛋白質 22.0 g 食塩相当量 1.8 g	kcal 415.0 kcal 脂質 6.4 g 蛋白質 20.3 g 食塩相当量 1.8 g	kcal 540.0 kcal 脂質 7.2 g 蛋白質 18.0 g 食塩相当量 1.8 g	kcal 419.0 kcal 脂質 4.6 g 蛋白質 19.4 g 炭水化物 81.3 g	kcal 367.0 kcal 脂質 4.4 g 蛋白質 18.6 g 炭水化物 66.7 g	kcal 310.0 kcal 脂質 4.3 g 蛋白質 18.4 g 炭水化物 52.6 g
夕 予定人数 10人 実施人数 10人	**夕** 予定人数 6人 実施人数 6人	**夕** 予定人数 4人 実施人数 4人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる 100	こめ 水稲めし 精白米 うる 170	こめ 水稲めし 精白米 うる 100	たんぱく質調整ごはん1/4 180	こめ 水稲全かゆ 精白米 300	こめ 水稲全かゆ 精白米 200	こめ 水稲全かゆ 精白米 200
鶏団子と白菜中華風煮	**鶏団子と白菜中華風煮**	**鶏団子と白菜中華風煮**	**鶏団子と白菜中華風煮**	**鶏と白菜の中華風煮**	**鶏と白菜の中華風煮**	**鶏と白菜の中華風煮**
はくさい 結球葉 生 70	はくさい 結球葉 生 70	はくさい 結球葉 生 70	はくさい 結球葉 生 70	はくさい 結球葉 生 70	はくさい 結球葉 生 70	はくさい 結球葉 生 70
日 チキンボール(15g) 45	日 チキンボール(15g) 45	日 チキンボール(15g) 45	日 チキンボール(15g) 45	若鶏肉 ささ身 生 にわ 40	若鶏肉 ささ身 生 にわ 40	若鶏肉 ささ身 生 にわ 40
さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5
調合油 1	調合油 1	調合油 1	調合油 1	調合油 1	調合油 1	調合油 1
日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 2	日 まろやか醤油 2	日 まろやか醤油 2
日 風味豊かな中華だし 0.8	日 風味豊かな中華だし 0.8	日 風味豊かな中華だし 0.8	日 風味豊かな中華だし 0.8	日 風味豊かな中華だし 0.8	日 風味豊かな中華だし 0.8	日 風味豊かな中華だし 0.8
みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2
車糖 上白糖 1	車糖 上白糖 1	車糖 上白糖 1	車糖 上白糖 1	車糖 上白糖 1	車糖 上白糖 1	車糖 上白糖 1
日 料理酒 2	日 料理酒 2	日 料理酒 2	日 料理酒 2	日 料理酒 2	日 料理酒 2	日 料理酒 2
酢のもの(もずく)	**酢のもの(もずく)**	**カニマヨ和え(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)**	**カニマヨ和え(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)**	**カニカマ和え(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)**	**カニマヨ和え(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)**	**カニマヨ和え(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)**
もずく 塩蔵 塩抜き 50	もずく 塩蔵 塩抜き 50	ブロッコリー 花序 生 40	ブロッコリー 花序 生 40	ブロッコリー 花序 生 40	ブロッコリー 花序 生 40	ブロッコリー 花序 生 40
きゅうり 果実 生 20	きゅうり 果実 生 20	かに風味かまぼこ 10	かに風味かまぼこ 10	かに風味かまぼこ 10	かに風味かまぼこ 10	かに風味かまぼこ 10
だいず 蒸し大豆 黄大豆 10	だいず 蒸し大豆 黄大豆 10	マヨネーズ 全卵型 5	マヨネーズ 全卵型 5	日 まろやか醤油 2	マヨネーズ 全卵型 5	マヨネーズ 全卵型 5
しょうが 根茎 生 2	しょうが 根茎 生 2					
穀物酢 6	穀物酢 6					
パルスイート 液体タイプ 1.5	パルスイート 液体タイプ 1.5					
ごま 乾 0.5	ごま 乾 0.5					
人参金平	**人参金平**	**人参金平**	**人参金平**	**人参金平**	**人参金平**	**人参金平**

献　立　表

令和 8年10月 8日 (木)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
にんじん 根 冷凍 50	にんじん 根 冷凍 50	にんじん 根 冷凍 50	にんじん 根 冷凍 50	にんじん 根 冷凍 50	にんじん 根 冷凍 50	にんじん 根 冷凍 50
日 卵そぼろ 15	日 卵そぼろ 15	日 卵そぼろ 15	日 卵そぼろ 15	日 卵そぼろ 15	日 卵そぼろ 15	日 卵そぼろ 15
日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3
みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 348.0 kcal 脂質 9.7 g 蛋白質 12.0 g 食塩相当量 1.7 g	kcal 457.0 kcal 脂質 9.9 g 蛋白質 13.8 g 食塩相当量 1.7 g	kcal 375.0 kcal 脂質 12.4 g 蛋白質 13.4 g 食塩相当量 1.8 g	kcal 500.0 kcal 脂質 13.2 g 蛋白質 11.1 g 食塩相当量 1.8 g	kcal 334.0 kcal 脂質 3.2 g 蛋白質 19.1 g 炭水化物 62.1 g	kcal 300.0 kcal 脂質 6.9 g 蛋白質 17.9 g 炭水化物 46.4 g	kcal 300.0 kcal 脂質 6.9 g 蛋白質 17.9 g 炭水化物 46.4 g
合計	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**
kcal 1212.0 kcal 脂質 36.4 g 蛋白質 51.8 g 食塩相当量 5.8 g	kcal 1539.0 kcal 脂質 37.0 g 蛋白質 57.2 g 食塩相当量 5.8 g	kcal 1190.0 kcal 脂質 32.2 g 蛋白質 51.6 g 食塩相当量 5.9 g	kcal 1504.0 kcal 脂質 30.8 g 蛋白質 41.4 g 食塩相当量 5.8 g	kcal 1147.0 kcal 脂質 16.4 g 蛋白質 53.6 g 炭水化物 210.7 g	kcal 1041.0 kcal 脂質 24.6 g 蛋白質 54.1 g 炭水化物 164.3 g	kcal 862.0 kcal 脂質 16.9 g 蛋白質 47.3 g 炭水化物 140.6 g

献　立　表

令和 8年10月 9日 (金)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
朝 予定人数 10人 実施人数 10人	**朝** 予定人数 6人 実施人数 6人	**朝** 予定人数 4人 実施人数 4人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
味噌汁(大根)	**味噌汁(大根)**	**味噌汁(大根)**	**味噌汁(大根)**	**味噌汁(大根)**	**味噌汁(大根)**	**味噌汁(大根)**
だいこん 根 皮むき 生	30	だいこん 根 皮むき 生	30	だいこん 根 皮むき 生	30	だいこん 根 皮むき 生	30	だいこん 根 皮むき 生	30	だいこん 根 皮むき 生	30	だいこん 根 皮むき 生	30
だいこん類 だいこん 葉	10	だいこん類 だいこん 葉	10	だいこん類 だいこん 葉	10	だいこん類 だいこん 葉	10	だいこん類 だいこん 葉	10	だいこん類 だいこん 葉	10	だいこん類 だいこん 葉	10
日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5
野菜大豆煮	**野菜大豆煮**	**高野煮**	**高野煮**	**野菜大豆煮**	**高野煮**	**高野煮**
日 野菜大豆煮	80	日 野菜大豆煮	80	だいず 凍り豆腐 乾	12	だいず 凍り豆腐 乾	12	日 野菜大豆煮	50	だいず 凍り豆腐 乾	12	だいず 凍り豆腐 乾	12
				にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10			にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10
				さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5			さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5
				車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2			車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2
				日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5			日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5
小松菜のお浸し	**小松菜のお浸し**	**小松菜のお浸し**	**小松菜のお浸し**	**小松菜のお浸し**	**小松菜のお浸し**	**小松菜のお浸し**
こまつな 葉 生	60	こまつな 葉 生	60	こまつな 葉 生	60	こまつな 葉 生	60	こまつな 葉 生	60	こまつな 葉 生	60	こまつな 葉 生	60
日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
牛乳	**牛乳**	**牛乳**	**牛乳1/2**	**ヨーグルト**	**牛乳**	
普通牛乳	200	普通牛乳	200	普通牛乳	200	牛乳	100	ひるがのヨーグルト	80	普通牛乳	200	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 420.0 kcal 脂質 10.9 g 蛋白質 16.3 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 529.0 kcal 脂質 11.1 g 蛋白質 18.1 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 389.0 kcal 脂質 12.5 g 蛋白質 18.2 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 453.0 kcal 脂質 9.5 g 蛋白質 12.6 g 食塩相当量 2.0 g	kcal 374.0 kcal 脂質 5.2 g 蛋白質 11.7 g 炭水化物 74.2 g	kcal 363.0 kcal 脂質 12.4 g 蛋白質 17.9 g 炭水化物 51.2 g	kcal 241.0 kcal 脂質 4.8 g 蛋白質 11.3 g 炭水化物 41.6 g
昼 予定人数 10人 実施人数 10人	**昼** 予定人数 5人 実施人数 5人	**昼** 予定人数 3人 実施人数 3人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
キッシュ風(鶏)	**キッシュ風(鶏)**	**キッシュ風(鶏)**	**キッシュ風(鶏)**	**キッシュ風(鶏)**	**キッシュ風(鶏)**	**キッシュ風(鶏)**
鶏卵 全卵 生	50	鶏卵 全卵 生	50	鶏卵 全卵 生	50	鶏卵 全卵 生	50	鶏卵 全卵 生	25	鶏卵 全卵 生	50	鶏卵 全卵 生	50
日 鶏ミンチ	30	日 鶏ミンチ	30	日 鶏ミンチ	30	日 鶏ミンチ	30	日 鶏ミンチ	15	日 鶏ミンチ	30	日 鶏ミンチ	30
ほうれんそう 葉 冷凍	20	ほうれんそう 葉 冷凍	20	ほうれんそう 葉 冷凍	20	ほうれんそう 葉 冷凍	20	ほうれんそう 葉 冷凍	10	ほうれんそう 葉 冷凍	20	ほうれんそう 葉 冷凍	20
たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20
普通牛乳	20	普通牛乳	20	普通牛乳	20	普通牛乳	20	普通牛乳	10	普通牛乳	20	普通牛乳	20
クリーム 植物性脂肪	5	クリーム 植物性脂肪	5	クリーム 植物性脂肪	5	クリーム 植物性脂肪	5	クリーム 植物性脂肪	2.5	クリーム 植物性脂肪	5	クリーム 植物性脂肪	5
食塩	0.5	食塩	0.5	食塩	0.5	食塩	0.5	食塩	0.25	食塩	0.5	食塩	0.5
日 バターフレーバーオイル	3	日 バターフレーバーオイル	3	日 バターフレーバーオイル	3	日 バターフレーバーオイル	3	日 バターフレーバーオイル	1.5	日 バターフレーバーオイル	3	日 バターフレーバーオイル	3
トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10
キャベツのマリネ	**キャベツのマリネ**	**ツナ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**	**ツナ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**	**ツナ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**	**ツナ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**	**ツナ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**
キャベツ 結球葉 生	60	キャベツ 結球葉 生	60	キャベツ 結球葉 生	50	キャベツ 結球葉 生	50	キャベツ 結球葉 生	50	キャベツ 結球葉 生	50	キャベツ 結球葉 生	50

献　立　表

令和 8年10月 9日 (金)

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
食塩	0.3	食塩	0.3	日 かつお水煮フレーク	15	日 かつお水煮フレーク	15	日 かつお水煮フレーク	15	日 かつお水煮フレーク	15	日 かつお水煮フレーク	15
赤ピーマン 果実 生	10	赤ピーマン 果実 生	10	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
青ピーマン 果実 生	10	青ピーマン 果実 生	10										
穀物酢	6	穀物酢	6										
車糖 上白糖	1	車糖 上白糖	1										
調合油	2	調合油	2										
ポテトカレー金平		**ポテトカレー金平**		**ポテト塩きんぴら**		**ポテト塩きんぴら**		**ポテト塩きんぴら**		**ポテト塩きんぴら**		**ポテト塩きんぴら**	
じゃがいも 塊茎 生	40	じゃがいも 塊茎 生	40	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50	じゃがいも 塊茎 生	50
にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10
ほんしめじ 生	20	ほんしめじ 生	20	日 バターフレーバーオイ	2	日 バターフレーバーオイ	2	食塩	0.4	日 バターフレーバーオイ	2	日 バターフレーバーオイ	2
調合油	2	調合油	2	食塩	0.4	食塩	0.4	あおのり 素干し	0.01	食塩	0.4	食塩	0.4
食塩	0.4	食塩	0.4	あおのり 素干し	0.01	あおのり 素干し	0.01			あおのり 素干し	0.01	あおのり 素干し	0.01
カレー粉	0.15	カレー粉	0.15										
パセリ 乾	0.01	パセリ 乾	0.01										
パイン		**パイン**		**モモ缶**		**モモ缶**		**パイン**		**モモ缶**			
パインアップル 生	80	パインアップル 生	80	もも 缶詰	50	もも 缶詰	50	パインアップル 生	80	もも 缶詰	50		
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 481.0 kcal 脂質 17.4 g 蛋白質 19.6 g 食塩相当量 1.8 g		kcal 590.0 kcal 脂質 17.6 g 蛋白質 21.4 g 食塩相当量 1.8 g		kcal 464.0 kcal 脂質 15.6 g 蛋白質 21.9 g 食塩相当量 1.9 g		kcal 589.0 kcal 脂質 16.4 g 蛋白質 19.6 g 食塩相当量 1.9 g		kcal 398.0 kcal 脂質 7.2 g 蛋白質 15.8 g 炭水化物 75.1 g		kcal 438.0 kcal 脂質 15.5 g 蛋白質 21.6 g 炭水化物 60.7 g		kcal 397.0 kcal 脂質 15.4 g 蛋白質 21.3 g 炭水化物 50.4 g	
夕 予定人数 10人 実施人数 10人		**夕** 予定人数 5人 実施人数 5人		**夕** 予定人数 3人 実施人数 3人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	
米飯 100g		**米飯 170g**		**米飯 100g**		**たんぱく質調整ごはん**		**全粥**		**全粥 200g**		**全粥 200g**	
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/4	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
味噌煮魚(タラ)		**味噌煮魚(タラ)**		**味噌煮魚(タラ)**		**味噌煮魚(タラ)**		**味噌煮魚(タラ)**		**味噌煮魚(タラ)**		**味噌煮魚(タラ)**	
すけとうだら 生	60	すけとうだら 生	60	すけとうだら 生	60	すけとうだら 生	60	すけとうだら 生	60	すけとうだら 生	60	すけとうだら 生	60
日 料理酒	2	日 料理酒	2	日 料理酒	2	日 料理酒	2	日 料理酒	2	日 料理酒	2	日 料理酒	2
車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4
みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3	みりん 本みりん	3
日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8
花形人参	12	花形人参	12	花形人参	12	花形人参	12	花形人参	12	花形人参	12	花形人参	12
平こん煮		**平こん煮**		**炒り豆腐(ホウレンソウ)**		**炒り豆腐(ホウレンソウ)**		**炒り豆腐(ホウレンソウ)**		**炒り豆腐(ホウレンソウ)**		**炒り豆腐(ホウレンソウ)**	
板こんにゃく 精粉こんにゃ	60	板こんにゃく 精粉こんにゃ	60	だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50
さやいんげん 若ざや 生	10	さやいんげん 若ざや 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10
車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	ほうれんそう 葉 冷凍	20	ほうれんそう 葉 冷凍	20	ほうれんそう 葉 冷凍	20	ほうれんそう 葉 冷凍	20	ほうれんそう 葉 冷凍	20
日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	鶏卵 全卵 生	10	鶏卵 全卵 生	10	鶏卵 全卵 生	10	鶏卵 全卵 生	10	鶏卵 全卵 生	10
らっかせい いり 大粒種	4	らっかせい いり 大粒種	4	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5
				車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2

献　立　表

令和 8年10月 9日 (金)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
酢のもの(もやし)	**酢のもの(もやし)**	**ささみ和え(なす)**	**ささみ和え(なす)**	**ささみ和え(なす)**	**ささみ和え(なす)**	**ささみ和え(なす)**
ブラックマッペもやし 生 50	ブラックマッペもやし 生 50	なす類 なす 果実 生 40	なす類 なす 果実 生 40	なす類 なす 果実 生 40	なす類 なす 果実 生 40	なす類 なす 果実 生 40
きゅうり 果実 生 10	きゅうり 果実 生 10	若鶏肉 ささ身 生 にわ 10	若鶏肉 ささ身 生 にわ 10	若鶏肉 ささ身 生 にわ 10	若鶏肉 ささ身 生 にわ 10	若鶏肉 ささ身 生 にわ 10
赤ピーマン 果実 生 5	赤ピーマン 果実 生 5	日 まろやか醤油 2	日 まろやか醤油 2	日 まろやか醤油 2	日 まろやか醤油 2	日 まろやか醤油 2
ひじき ほしひじき ｽﾃﾝﾚｽ 1.5	ひじき ほしひじき ｽﾃﾝﾚｽ 1.5					
穀物酢 6	穀物酢 6					
パルスイート 液体タイプ 2	パルスイート 液体タイプ 2					
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 303.0 kcal 脂質 3.3 g 蛋白質 16.9 g 食塩相当量 1.7 g	kcal 412.0 kcal 脂質 3.5 g 蛋白質 18.7 g 食塩相当量 1.7 g	kcal 334.0 kcal 脂質 5.0 g 蛋白質 22.6 g 食塩相当量 1.9 g	kcal 459.0 kcal 脂質 5.8 g 蛋白質 20.3 g 食塩相当量 1.9 g	kcal 373.0 kcal 脂質 5.0 g 蛋白質 23.4 g 炭水化物 63.0 g	kcal 308.0 kcal 脂質 4.9 g 蛋白質 22.3 g 炭水化物 47.3 g	kcal 308.0 kcal 脂質 4.9 g 蛋白質 22.3 g 炭水化物 47.3 g
合計	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**
kcal 1204.0 kcal 脂質 31.6 g 蛋白質 52.8 g 食塩相当量 5.6 g	kcal 1531.0 kcal 脂質 32.2 g 蛋白質 58.2 g 食塩相当量 5.6 g	kcal 1187.0 kcal 脂質 33.1 g 蛋白質 62.7 g 食塩相当量 5.9 g	kcal 1501.0 kcal 脂質 31.7 g 蛋白質 52.5 g 食塩相当量 5.8 g	kcal 1145.0 kcal 脂質 17.4 g 蛋白質 50.9 g 炭水化物 212.3 g	kcal 1109.0 kcal 脂質 32.8 g 蛋白質 61.8 g 炭水化物 159.2 g	kcal 946.0 kcal 脂質 25.1 g 蛋白質 54.9 g 炭水化物 139.3 g

献　立　表

令和 8年10月10日（土）

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
朝 予定人数 10人 実施人数 10人	**朝** 予定人数 5人 実施人数 5人	**朝** 予定人数 3人 実施人数 3人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
味噌汁（油揚げ）	**味噌汁（油揚げ）**	**味噌汁（キャベツ）**	**味噌汁（キャベツ）**	**味噌汁（キャベツ）**	**味噌汁（キャベツ）**	**味噌汁（キャベツ）**
だいず 油揚げ 生	5	だいず 油揚げ 生	5	キャベツ 結球葉 生	30	キャベツ 結球葉 生	30	キャベツ 結球葉 生	30	キャベツ 結球葉 生	30	キャベツ 結球葉 生	30
キャベツ 結球葉 生	30	キャベツ 結球葉 生	30	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5
さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8
日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5
日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5										
小松菜の卵とじ	**小松菜の卵とじ**	**小松菜の卵とじ**	**小松菜の卵とじ**	**小松菜の卵とじ1/2**	**小松菜の卵とじ**	**小松菜の卵とじ**
たまねぎ りん茎 生	40	たまねぎ りん茎 生	40	たまねぎ りん茎 生	40	たまねぎ りん茎 生	40	たまねぎ りん茎 生	40	たまねぎ りん茎 生	40	たまねぎ りん茎 生	40
こまつな 葉 生	20	こまつな 葉 生	20	こまつな 葉 生	20	こまつな 葉 生	20	こまつな 葉 生	20	こまつな 葉 生	20	こまつな 葉 生	20
調合油	1	調合油	1	調合油	1	調合油	1	調合油	1	調合油	1	調合油	1
日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5	日 まろやか醤油	5
みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2
鶏卵 全卵 生	40	鶏卵 全卵 生	40	鶏卵 全卵 生	40	鶏卵 全卵 生	40	鶏卵 全卵 生	20	鶏卵 全卵 生	40	鶏卵 全卵 生	40
モロヘイヤのお浸し(完)	**モロヘイヤのお浸し(完)**	**モロヘイヤのお浸し(完)**	**モロヘイヤのお浸し(完)**	**モロヘイヤのお浸し(完)**	**モロヘイヤのお浸し(完)**	**モロヘイヤのお浸し(完)**
日 モロヘイヤのお浸し	50	日 モロヘイヤのお浸し	50	日 モロヘイヤのお浸し	50	日 モロヘイヤのお浸し	50	日 モロヘイヤのお浸し	50	日 モロヘイヤのお浸し	50	日 モロヘイヤのお浸し	50
牛乳	**牛乳**	**牛乳**	**牛乳1/2**	**ヨーグルト**	**牛乳**	
牛乳	200	牛乳	200	牛乳	100	ひるがのヨーグルト	80	牛乳	200		
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 438.0 kcal 脂質 15.4 g 蛋白質 19.2 g 食塩相当量 2.6 g	kcal 547.0 kcal 脂質 15.6 g 蛋白質 21.0 g 食塩相当量 2.6 g	kcal 419.0 kcal 脂質 13.7 g 蛋白質 18.0 g 食塩相当量 2.6 g	kcal 483.0 kcal 脂質 10.7 g 蛋白質 12.4 g 食塩相当量 2.5 g	kcal 384.0 kcal 脂質 6.8 g 蛋白質 12.7 g 炭水化物 72.3 g	kcal 393.0 kcal 脂質 13.6 g 蛋白質 17.7 g 炭水化物 56.3 g	kcal 271.0 kcal 脂質 6.0 g 蛋白質 11.1 g 炭水化物 46.7 g
昼 予定人数 10人 実施人数 10人	**昼** 予定人数 5人 実施人数 5人	**昼** 予定人数 3人 実施人数 3人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
塩こうじ焼き(赤魚)	**塩こうじ焼き(赤魚)**	**塩こうじ蒸し(赤魚)**	**塩こうじ蒸し(赤魚)**	**塩こうじ蒸し(赤魚)**	**塩こうじ蒸し(赤魚)**	**塩こうじ蒸し(赤魚)**
日 赤魚	60	日 赤魚	60	日 赤魚	60	日 赤魚	60	日 赤魚	60	日 赤魚	60	日 赤魚	60
日 液体塩こうじ	4	日 液体塩こうじ	4	日 液体塩こうじ	4	日 液体塩こうじ	4	日 液体塩こうじ	4	日 液体塩こうじ	4	日 液体塩こうじ	4
調合油	1	調合油	1	さやいんげん 若ざや 生	20	さやいんげん 若ざや 生	20	さやいんげん 若ざや 生	20	さやいんげん 若ざや 生	20	さやいんげん 若ざや 生	20
さやいんげん 若ざや 生	20	さやいんげん 若ざや 生	20	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1
食塩	0.1	食塩	0.1										
刻み昆布煮(がんも)	**刻み昆布煮(がんも)**	**かぶ煮**	**かぶ煮**	**かぶ煮**	**かぶ煮**	**かぶ煮**
こんぶ類 刻み昆布	2.5	こんぶ類 刻み昆布	2.5	かぶ 根 皮むき 生	60	かぶ 根 皮むき 生	60	かぶ 根 皮むき 生	60	かぶ 根 皮むき 生	60	かぶ 根 皮むき 生	60
だいず がんもどき	12	だいず がんもどき	12	だいこん類 だいこん 葉	10	だいこん類 だいこん 葉	10	だいこん類 だいこん 葉	10	だいこん類 だいこん 葉	10	だいこん類 だいこん 葉	10
にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	15	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4
生しいたけ 菌床栽培 生	10	生しいたけ 菌床栽培 生	10	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2

献　立　表

令和 8年10月10日（土）

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4										
車糖 上白糖	1	車糖 上白糖	1										
みりん 本みりん	1	みりん 本みりん	1										
さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3										
ピーナツ和え(白菜)		**ピーナツ和え(白菜)**		**菜種サラダ(白菜)**		**菜種サラダ(白菜)**		**白菜のお浸し**		**菜種サラダ(白菜)**		**菜種サラダ(白菜)**	
はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	40	はくさい 結球葉 生	40	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	40	はくさい 結球葉 生	40
ぶなしめじ 生	20	ぶなしめじ 生	20	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10
らっかせい いり 大粒種	5	らっかせい いり 大粒種	5	日 卵そぼろ	15	日 卵そぼろ	15	日 まろやか醤油	3	日 卵そぼろ	15	日 卵そぼろ	15
日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2	マヨネーズ 全卵型	5	マヨネーズ 全卵型	5			マヨネーズ 全卵型	5	マヨネーズ 全卵型	5
				食塩	0.1	食塩	0.1			食塩	0.1	食塩	0.1
リンゴ		**リンゴ**		**りんごダイス缶**		**りんごダイス缶**		**リンゴ**		**りんごダイス缶**			
りんご 皮むき 生	80	りんご 皮むき 生	80	りんご 缶詰	70	りんご 缶詰	70	りんご 皮むき 生	80	りんご 缶詰	70		
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 367.0 kcal 脂質 8.3 g 蛋白質 18.5 g 食塩相当量 1.7 g		kcal 476.0 kcal 脂質 8.5 g 蛋白質 20.3 g 食塩相当量 1.7 g		kcal 361.0 kcal 脂質 7.4 g 蛋白質 15.8 g 食塩相当量 1.4 g		kcal 486.0 kcal 脂質 8.2 g 蛋白質 13.5 g 食塩相当量 1.4 g		kcal 338.0 kcal 脂質 2.7 g 蛋白質 15.8 g 炭水化物 69.2 g		kcal 335.0 kcal 脂質 7.3 g 蛋白質 15.5 g 炭水化物 55.9 g		kcal 278.0 kcal 脂質 7.2 g 蛋白質 15.3 g 炭水化物 41.8 g	
夕 予定人数 10人 実施人数 10人		**夕** 予定人数 5人 実施人数 5人		**夕** 予定人数 3人 実施人数 3人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	
米飯 100g		**米飯 170g**		**米飯 100g**		**たんぱく質調整ごはん**		**全粥**		**全粥 200g**		**全粥 200g**	
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/4	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
鶏つくね風		**鶏つくね風**		**豆腐入りつくね風**		**豆腐入りつくね風**		**豆腐入りつくね風**		**豆腐入りつくね風**		**豆腐入りつくね風**	
日 鶏ミンチ	80	日 鶏ミンチ	80	日 鶏ミンチ	40	日 鶏ミンチ	40	日 鶏ミンチ	40	日 鶏ミンチ	40	日 鶏ミンチ	40
だいず 木綿豆腐	20	だいず 木綿豆腐	20	だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50	だいず 木綿豆腐	50
たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10
葉ねぎ 葉 生	5	葉ねぎ 葉 生	5	いんげんまめ 全粒 乾	5	いんげんまめ 全粒 乾	5	いんげんまめ 全粒 乾	5	いんげんまめ 全粒 乾	5	いんげんまめ 全粒 乾	5
生しいたけ 菌床栽培 生	5	生しいたけ 菌床栽培 生	5	鶏卵 全卵 生	10	鶏卵 全卵 生	10	鶏卵 全卵 生	10	鶏卵 全卵 生	10	鶏卵 全卵 生	10
鶏卵 全卵 生	5	鶏卵 全卵 生	5	食塩	0.5	食塩	0.5	食塩	0.5	食塩	0.5	食塩	0.5
しょうが 根茎 生	1	しょうが 根茎 生	1	じゃがいもでん粉	3	じゃがいもでん粉	3	じゃがいもでん粉	3	じゃがいもでん粉	3	じゃがいもでん粉	3
食塩	0.5	食塩	0.5	調合油	2	調合油	2	日 まろやか醤油	4	調合油	2	調合油	2
じゃがいもでん粉	2	じゃがいもでん粉	2	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	車糖 上白糖	3	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4
調合油	2	調合油	2	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	みりん 本みりん	1	車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3
日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	みりん 本みりん	1	みりん 本みりん	1	じゃがいもでん粉	0.5	みりん 本みりん	1	みりん 本みりん	1
車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5			じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5
みりん 本みりん	1	みりん 本みりん	1										
じゃがいもでん粉	0.5	じゃがいもでん粉	0.5										
きのこあえ		**きのこあえ**		**ホタテ和え(ホウレンソウ)**		**ホタテ和え(ホウレンソウ)**		**ホタテ和え(ホウレンソウ)**		**ホタテ和え(ホウレンソウ)**		**ホタテ和え(ホウレンソウ)**	
ほうれんそう 葉 冷凍	50	ほうれんそう 葉 冷凍	50	ほうれんそう 葉 冷凍	50	ほうれんそう 葉 冷凍	50	ほうれんそう 葉 冷凍	50	ほうれんそう 葉 冷凍	50	ほうれんそう 葉 冷凍	50
ぶなしめじ 生	10	ぶなしめじ 生	10	ほたてがい 水煮	10	ほたてがい 水煮	10	ほたてがい 水煮	10	ほたてがい 水煮	10	ほたてがい 水煮	10

献　立　表

令和 8年10月10日（土）

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
なめこ 水煮缶詰 10	なめこ 水煮缶詰 10	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3
日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3					
南瓜レモン煮	**南瓜レモン煮**	**南瓜レモン煮**	**南瓜レモン煮**	**南瓜レモン煮**	**南瓜甘煮**	**南瓜甘煮**
西洋かぼちゃ 果実 冷凍 42	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 42	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 60	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 60	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 56	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 60	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 60
レモン 果汁 生 2	レモン 果汁 生 2	レモン 果汁 生 5	レモン 果汁 生 5	レモン 果汁 生 5	車糖 上白糖 7	車糖 上白糖 7
車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 7	車糖 上白糖 7	車糖 上白糖 7		
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 397.0 kcal 脂質 8.9 g	kcal 506.0 kcal 脂質 9.1 g	kcal 419.0 kcal 脂質 8.9 g	kcal 544.0 kcal 脂質 9.7 g	kcal 437.0 kcal 脂質 6.9 g	kcal 392.0 kcal 脂質 8.8 g	kcal 392.0 kcal 脂質 8.8 g
蛋白質 25.3 g 食塩相当量 1.5 g	蛋白質 27.1 g 食塩相当量 1.5 g	蛋白質 22.0 g 食塩相当量 1.5 g	蛋白質 19.7 g 食塩相当量 1.5 g	蛋白質 22.7 g 炭水化物 78.1 g	蛋白質 21.7 g 炭水化物 62.7 g	蛋白質 21.7 g 炭水化物 62.7 g
合計	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**
kcal 1202.0 kcal 脂質 32.6 g	kcal 1529.0 kcal 脂質 33.2 g	kcal 1199.0 kcal 脂質 30.0 g	kcal 1513.0 kcal 脂質 28.6 g	kcal 1159.0 kcal 脂質 16.4 g	kcal 1120.0 kcal 脂質 29.7 g	kcal 941.0 kcal 脂質 22.0 g
蛋白質 63.0 g 食塩相当量 5.8 g	蛋白質 68.4 g 食塩相当量 5.8 g	蛋白質 55.8 g 食塩相当量 5.5 g	蛋白質 45.6 g 食塩相当量 5.4 g	蛋白質 51.2 g 炭水化物 219.6 g	蛋白質 54.9 g 炭水化物 174.9 g	蛋白質 48.1 g 炭水化物 151.2 g

献　立　表

令和 8年10月11日（日）

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
朝 予定人数 10人	実施人数 10人	**朝** 予定人数 5人	実施人数 5人	**朝** 予定人数 3人	実施人数 3人	**朝** 予定人数 0人	実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人	実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人	実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人	実施人数 0人
米飯 100g		**米飯 170g**		**米飯 100g**		**たんぱく質調整ごはん**		**全粥**		**全粥 200g**		**全粥 200g**	
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
味噌汁（豆腐）		**味噌汁（豆腐）**		**味噌汁（豆腐）**		**味噌汁（豆腐）**		**味噌汁（豆腐）**		**味噌汁（豆腐）**		**味噌汁（豆腐）**	
だいず ソフト豆腐	50	だいず ソフト豆腐	50	だいず ソフト豆腐	50	だいず ソフト豆腐	50	だいず ソフト豆腐	50	だいず ソフト豆腐	50	だいず ソフト豆腐	50
なす類 なす 果実 生	20	なす類 なす 果実 生	20	なす類 なす 果実 生	20	なす類 なす 果実 生	20	なす類 なす 果実 生	20	なす類 なす 果実 生	20	なす類 なす 果実 生	20
さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5
日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5
はんぺん野菜煮		**はんぺん野菜煮**		**はんぺん野菜煮**		**はんぺん野菜煮**		**はんぺん野菜煮**		**はんぺん野菜煮**		**はんぺん野菜煮**	
はんぺん	20	はんぺん	20	はんぺん	20	はんぺん	20	はんぺん	20	はんぺん	20	はんぺん	20
はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50
にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10
日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2
青梗菜のお浸し(完)		**青梗菜のお浸し(完)**		**青梗菜のお浸し(完)**		**青梗菜のお浸し(完)**		**青梗菜のお浸し(完)**		**青梗菜のお浸し(完)**		**青梗菜のお浸し(完)**	
日 チンゲンサイのお浸し	50	日 チンゲンサイのお浸し	50	日 チンゲンサイのお浸し	50	日 チンゲンサイのお浸し	50	日 チンゲンサイのお浸し	50	日 チンゲンサイのお浸し	50	日 チンゲンサイのお浸し	50
牛乳		**牛乳**		**牛乳**		**牛乳1/2**		**ヨーグルト**		**牛乳**			
普通牛乳	200	普通牛乳	200	普通牛乳	200	牛乳	100	ひるがのヨーグルト	80	普通牛乳	200		
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 375.0 kcal 脂質 10.4 g 蛋白質 16.3 g 食塩相当量 2.4 g		kcal 484.0 kcal 脂質 10.6 g 蛋白質 18.1 g 食塩相当量 2.4 g		kcal 375.0 kcal 脂質 10.4 g 蛋白質 16.3 g 食塩相当量 2.4 g		kcal 439.0 kcal 脂質 7.4 g 蛋白質 10.7 g 食塩相当量 2.3 g		kcal 369.0 kcal 脂質 5.6 g 蛋白質 13.5 g 炭水化物 69.7 g		kcal 349.0 kcal 脂質 10.3 g 蛋白質 16.0 g 炭水化物 53.6 g		kcal 227.0 kcal 脂質 2.7 g 蛋白質 9.4 g 炭水化物 44.0 g	
昼 予定人数 10人	実施人数 10人	**昼** 予定人数 5人	実施人数 5人	**昼** 予定人数 3人	実施人数 3人	**昼** 予定人数 0人	実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人	実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人	実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人	実施人数 0人
米飯 100g		**米飯 170g**		**米飯 100g**		**たんぱく質調整ごはん**		**全粥**		**全粥 200g**		**全粥 200g**	
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
ポークチャップ		**ポークチャップ**		**チキンボール(トマト)**		**チキンボール(トマト)**		**鶏肉トマト煮**		**鶏肉トマト煮**		**鶏肉トマト煮**	
日 豚もも肉(スライス・酢豚用	60	日 豚もも肉(スライス・酢豚用	60	日 チキンボール(15g)	45	日 チキンボール(15g)	45	若鶏肉 むね 皮なし 生 に	60	若鶏肉 むね 皮なし 生 に	60	若鶏肉 むね 皮なし 生 に	60
食塩	0.2	食塩	0.2	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20
こしょう 黒 粉	0.01	こしょう 黒 粉	0.01	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10
薄力粉 1等	1.5	薄力粉 1等	1.5	日 バターフレーバーオイル	1	日 バターフレーバーオイル	1	トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10
たまねぎ りん茎 生	50	たまねぎ りん茎 生	50	トマトケチャップ	10	トマトケチャップ	10	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2
ほんしめじ 生	20	ほんしめじ 生	20	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	日 風味豊かなコンソメ	1.2	日 風味豊かなコンソメ	1.2	日 風味豊かなコンソメ	1.2
にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	日 風味豊かなコンソメ	1.2	日 風味豊かなコンソメ	1.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2
マッシュルーム 水煮缶詰	15	マッシュルーム 水煮缶詰	15	食塩	0.2	食塩	0.2	じゃがいもでん粉	2	じゃがいもでん粉	2	じゃがいもでん粉	2
調合油	2	調合油	2	じゃがいもでん粉	2	じゃがいもでん粉	2	グリンピース 冷凍	3	グリンピース 冷凍	3	グリンピース 冷凍	3
赤ワイン	2	赤ワイン	2	グリンピース 冷凍	3	グリンピース 冷凍	3						
トマトケチャップ	12	トマトケチャップ	12										

献　立　表

令和 8年10月11日（日）

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
ウスターソース 4	ウスターソース 4					
車糖　上白糖 2	車糖　上白糖 2					
日 風味豊かなコンソメ 1	日 風味豊かなコンソメ 1					
グリンピース　冷凍 3	グリンピース　冷凍 3					
冬瓜かに風味あんかけ	**冬瓜かに風味あんかけ**	**冬瓜かに風味あんかけ**	**冬瓜かに風味あんかけ**	**冬瓜かに風味あんかけ**	**冬瓜かに風味あんかけ**	**冬瓜かに風味あんかけ**
とうがん　果実　生 70	とうがん　果実　生 70	とうがん　果実　生 70	とうがん　果実　生 70	とうがん　果実　生 70	とうがん　果実　生 70	とうがん　果実　生 70
かに風味かまぼこ 10	かに風味かまぼこ 10	かに風味かまぼこ 10	かに風味かまぼこ 10	かに風味かまぼこ 10	かに風味かまぼこ 10	かに風味かまぼこ 10
日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4
みりん　本みりん 3	みりん　本みりん 3	みりん　本みりん 3	みりん　本みりん 3	みりん　本みりん 3	みりん　本みりん 3	みりん　本みりん 3
じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2
拌三糸	**拌三糸**	**春雨サラダ**	**春雨サラダ**	**拌三糸**	**春雨サラダ**	**春雨サラダ**
はるさめ　緑豆はるさめ 3	はるさめ　緑豆はるさめ 3	はるさめ　緑豆はるさめ 3	はるさめ　緑豆はるさめ 3	はるさめ　緑豆はるさめ 3	はるさめ　緑豆はるさめ 3	はるさめ　緑豆はるさめ 3
きゅうり　果実　生 30	きゅうり　果実　生 30	さやいんげん 若ざや 生 20	さやいんげん 若ざや 生 20	きゅうり　果実　生 30	さやいんげん 若ざや 生 20	さやいんげん 若ざや 生 20
日 錦糸玉子 15	日 錦糸玉子 15	日 錦糸玉子 10	日 錦糸玉子 10	日 錦糸玉子 15	日 錦糸玉子 10	日 錦糸玉子 10
穀物酢 6	穀物酢 6	マヨネーズ　全卵型 5	マヨネーズ　全卵型 5	穀物酢 6	マヨネーズ　全卵型 5	マヨネーズ　全卵型 5
パルスイート　液体タイプ 1.5	パルスイート　液体タイプ 1.5	食塩 0.1	食塩 0.1	車糖　上白糖 4	食塩 0.1	食塩 0.1
バナナ	**バナナ**	**バナナ**	**バナナ**	**バナナ**	**バナナ**	
バナナ　生 45	バナナ　生 45	バナナ　生 45	バナナ　生 45	バナナ　生 45	バナナ　生 45	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 458.0 kcal 脂質 10.0 g 蛋白質 21.0 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 567.0 kcal 脂質 10.2 g 蛋白質 22.8 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 436.0 kcal 脂質 11.8 g 蛋白質 11.9 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 561.0 kcal 脂質 12.6 g 蛋白質 9.6 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 432.0 kcal 脂質 2.8 g 蛋白質 22.1 g 炭水化物 83.7 g	kcal 376.0 kcal 脂質 6.1 g 蛋白質 20.8 g 炭水化物 63.5 g	kcal 334.0 kcal 脂質 6.0 g 蛋白質 20.3 g 炭水化物 53.4 g
夕 予定人数 10人 実施人数 10人	**夕** 予定人数 5人 実施人数 5人	**夕** 予定人数 3人 実施人数 3人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯　100g	**米飯　170g**	**米飯　100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥　200g**	**全粥　200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる 100	こめ 水稲めし 精白米 うる 170	こめ 水稲めし 精白米 うる 100	たんぱく質調整ごはん1/4 180	こめ　水稲全かゆ　精白米 300	こめ　水稲全かゆ　精白米 200	こめ　水稲全かゆ　精白米 200
焼豆腐卵あんかけ	**焼豆腐卵あんかけ**	**豆腐卵あんかけ**	**豆腐卵あんかけ**	**豆腐卵あんかけ**	**豆腐卵あんかけ**	**豆腐卵あんかけ**
木綿豆腐 100	木綿豆腐 100	木綿豆腐 100	木綿豆腐 100	木綿豆腐 60	木綿豆腐 100	木綿豆腐 100
じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	鶏卵　全卵　生 25	鶏卵　全卵　生 25	鶏卵　全卵　生 25	鶏卵　全卵　生 25	鶏卵　全卵　生 25
調合油 4	調合油 4	たまねぎ　りん茎　生 20	たまねぎ　りん茎　生 20	たまねぎ　りん茎　生 20	たまねぎ　りん茎　生 20	たまねぎ　りん茎　生 20
鶏卵　全卵　生 25	鶏卵　全卵　生 25	にんじん　根　冷凍 10	にんじん　根　冷凍 10	にんじん　根　冷凍 10	にんじん　根　冷凍 10	にんじん　根　冷凍 10
たまねぎ　りん茎　生 20	たまねぎ　りん茎　生 20	日 まろやか醤油 7	日 まろやか醤油 7	日 まろやか醤油 7	日 まろやか醤油 7	日 まろやか醤油 7
にんじん　根　冷凍 10	にんじん　根　冷凍 10	みりん　本みりん 4	みりん　本みりん 4	みりん　本みりん 4	みりん　本みりん 4	みりん　本みりん 4
日 まろやか醤油 7	日 まろやか醤油 7	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2
みりん　本みりん 4	みりん　本みりん 4					
じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2					
レタスサラダ	**レタスサラダ**	**おろし和え(小松菜)**	**おろし和え(小松菜)**	**おろし和え(小松菜)**	**おろし和え(小松菜)**	**おろし和え(小松菜)**
レタス　土耕栽培　結球葉 30	レタス　土耕栽培　結球葉 30	だいこん 根 皮むき 生 30	だいこん 根 皮むき 生 30	だいこん 根 皮むき 生 30	だいこん 根 皮むき 生 30	だいこん 根 皮むき 生 30
だいこん 根 皮むき 生 10	だいこん 根 皮むき 生 10	こまつな　葉　生 20	こまつな　葉　生 20	こまつな　葉　生 20	こまつな　葉　生 20	こまつな　葉　生 20

献　立　表

令和 8年10月11日（日）

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
＊ノンオイルおろししょうゆ	8	＊ノンオイルおろししょうゆ	8	かに風味かまぼこ	15	かに風味かまぼこ	15	かに風味かまぼこ	15	かに風味かまぼこ	15	かに風味かまぼこ	15
				日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
さつま芋ミルク煮		**さつま芋ミルク煮**		**さつま芋ミルク煮**		**さつま芋ミルク煮**		**さつま芋ミルク煮**		**さつま芋ミルク煮**		**さつま芋ミルク煮**	
さつまいも 塊根 皮むき	35	さつまいも 塊根 皮むき	35	さつまいも 塊根 皮むき	35	さつまいも 塊根 皮むき	35	さつまいも 塊根 皮むき	35	さつまいも 塊根 皮むき	70	さつまいも 塊根 皮むき	70
普通牛乳	10	普通牛乳	10	普通牛乳	10	普通牛乳	10	普通牛乳	10	普通牛乳	20	普通牛乳	20
車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	4	車糖 上白糖	4
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 406.0 kcal 脂質 12.3 g 蛋白質 14.5 g 食塩相当量 1.3 g		kcal 515.0 kcal 脂質 12.5 g 蛋白質 16.3 g 食塩相当量 1.3 g		kcal 378.0 kcal 脂質 8.4 g 蛋白質 16.6 g 食塩相当量 1.4 g		kcal 503.0 kcal 脂質 9.2 g 蛋白質 14.3 g 食塩相当量 1.4 g		kcal 388.0 kcal 脂質 6.4 g 蛋白質 14.6 g 炭水化物 71.7 g		kcal 410.0 kcal 脂質 8.7 g 蛋白質 17.1 g 炭水化物 70.2 g		kcal 410.0 kcal 脂質 8.7 g 蛋白質 17.1 g 炭水化物 70.2 g	
合計		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**	
kcal 1239.0 kcal 脂質 32.7 g 蛋白質 51.8 g 食塩相当量 5.8 g		kcal 1566.0 kcal 脂質 33.3 g 蛋白質 57.2 g 食塩相当量 5.8 g		kcal 1189.0 kcal 脂質 30.6 g 蛋白質 44.8 g 食塩相当量 5.9 g		kcal 1503.0 kcal 脂質 29.2 g 蛋白質 34.6 g 食塩相当量 5.8 g		kcal 1189.0 kcal 脂質 14.8 g 蛋白質 50.2 g 炭水化物 225.1 g		kcal 1135.0 kcal 脂質 25.1 g 蛋白質 53.9 g 炭水化物 187.3 g		kcal 971.0 kcal 脂質 17.4 g 蛋白質 46.8 g 炭水化物 167.6 g	

献　立　表

令和 8年10月12日（月）

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
朝	予定人数 10人 実施人数 10人	朝	予定人数 5人 実施人数 5人	朝	予定人数 3人 実施人数 3人	朝	予定人数 0人 実施人数 0人	朝	予定人数 0人 実施人数 0人	朝	予定人数 0人 実施人数 0人	朝	予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g		米飯 170g		米飯 100g		たんぱく質調整ごはん		全粥		全粥 200g		全粥 200g	
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
味噌汁（油揚げ）		味噌汁（油揚げ）		味噌汁（白菜）		味噌汁（白菜）		味噌汁（白菜）		味噌汁（白菜）		味噌汁（白菜）	
だいず 油揚げ 生	5	だいず 油揚げ 生	5	はくさい 結球葉 生	30	はくさい 結球葉 生	30	はくさい 結球葉 生	30	はくさい 結球葉 生	30	はくさい 結球葉 生	30
はくさい 結球葉 生	30	はくさい 結球葉 生	30	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5
さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8
日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5
日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5										
＊プレーンオムレツ		＊プレーンオムレツ		＊プレーンオムレツ		＊プレーンオムレツ		＊プレーンオムレツ		＊プレーンオムレツ		＊プレーンオムレツ	
日 プレーンオムレツ(50g)	50	日 プレーンオムレツ(50g)	50	日 プレーンオムレツ(50g)	50	日 プレーンオムレツ(50g)	50	日 プレーンオムレツ(50g)	50	日 プレーンオムレツ(50g)	50	日 プレーンオムレツ(50g)	50
トマトケチャップ	6	トマトケチャップ	6	トマトケチャップ	6	トマトケチャップ	6	トマトケチャップ	6	トマトケチャップ	6	トマトケチャップ	6
オクラのお浸し		オクラのお浸し		カリフラワーのお浸し		カリフラワーのお浸し		オクラのお浸し		カリフラワーのお浸し		カリフラワーのお浸し	
オクラ 果実 生	50	オクラ 果実 生	50	カリフラワー 花序 生	40	カリフラワー 花序 生	40	オクラ 果実 生	50	カリフラワー 花序 生	40	カリフラワー 花序 生	40
日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳1/2		ヨーグルト		牛乳			
普通牛乳	200	普通牛乳	200	普通牛乳	200	牛乳	100	ひるがのヨーグルト	80	普通牛乳	200		
小計		小計		小計		小計		小計		小計		小計	
kcal 411.0 kcal 脂質 15.1 g 蛋白質 15.7 g 食塩相当量 2.2 g		kcal 520.0 kcal 脂質 15.3 g 蛋白質 17.5 g 食塩相当量 2.2 g		kcal 390.0 kcal 脂質 13.3 g 蛋白質 14.6 g 食塩相当量 2.2 g		kcal 454.0 kcal 脂質 10.3 g 蛋白質 9.0 g 食塩相当量 2.1 g		kcal 386.0 kcal 脂質 8.6 g 蛋白質 11.7 g 炭水化物 70.1 g		kcal 364.0 kcal 脂質 13.2 g 蛋白質 14.3 g 炭水化物 52.8 g		kcal 242.0 kcal 脂質 5.6 g 蛋白質 7.7 g 炭水化物 43.2 g	
昼	予定人数 10人 実施人数 10人	昼	予定人数 5人 実施人数 5人	昼	予定人数 3人 実施人数 3人	昼	予定人数 0人 実施人数 0人	昼	予定人数 0人 実施人数 0人	昼	予定人数 0人 実施人数 0人	昼	予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g		米飯 170g		米飯 100g		たんぱく質調整ごはん		全粥		全粥 200g		全粥 200g	
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
鶏肉甘酢あん		鶏肉甘酢あん		鶏肉野菜蒸し		鶏肉野菜蒸し		鶏肉野菜蒸し		鶏肉野菜蒸し		鶏肉野菜蒸し	
若鶏肉 もも 皮なし 生 に	60	若鶏肉 もも 皮なし 生 に	60	日 若鶏小間肉	40	日 若鶏小間肉	40	若鶏肉 むね 皮なし 生 に	60	若鶏肉 むね 皮なし 生 に	60	若鶏肉 むね 皮なし 生 に	60
食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.3	食塩	0.3	食塩	0.5	食塩	0.5	食塩	0.5
薄力粉 1等	2	薄力粉 1等	2	にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	15
調合油	6	調合油	6	さやいんげん 若ざや 生	10	さやいんげん 若ざや 生	10	さやいんげん 若ざや 生	10	さやいんげん 若ざや 生	10	さやいんげん 若ざや 生	10
ブラックマッペもやし 生	30	ブラックマッペもやし 生	30	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5
生しいたけ 菌床栽培 生	10	生しいたけ 菌床栽培 生	10	食塩	0.5	食塩	0.5	食塩	0.5	食塩	0.5	食塩	0.5
にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	15	日 バターフレーバーオイ	2	日 バターフレーバーオイ	2						
青ピーマン 果実 生	10	青ピーマン 果実 生	10										
しょうが 根茎 生	1	しょうが 根茎 生	1										
車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3										
穀物酢	4	穀物酢	4										
日 まろやか醤油	6	日 まろやか醤油	6										
じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1										

献　立　表

令和 8年10月12日（月）

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
ひじきと豆腐のサラダ		**ひじきと豆腐のサラダ**		**ﾌﾞﾛｯｺﾘｰと豆腐のサラダ**		**ﾌﾞﾛｯｺﾘｰと豆腐のサラダ**		**ﾌﾞﾛｯｺﾘｰと豆腐のサラダ**		**ﾌﾞﾛｯｺﾘｰと豆腐のサラダ**		**ﾌﾞﾛｯｺﾘｰと豆腐のサラダ**	
だいず　ソフト豆腐	50	だいず　ソフト豆腐	50	ブロッコリー　花序　生	30	ブロッコリー　花序　生	30	ブロッコリー　花序　生	30	ブロッコリー　花序　生	30	ブロッコリー　花序　生	30
きゅうり　果実　生	10	きゅうり　果実　生	10	だいず　ソフト豆腐	30	だいず　ソフト豆腐	30	だいず　ソフト豆腐	30	だいず　ソフト豆腐	30	だいず　ソフト豆腐	30
たまねぎ　りん茎　生	10	たまねぎ　りん茎　生	10	たまねぎ　りん茎　生	10	たまねぎ　りん茎　生	10	たまねぎ　りん茎　生	10	たまねぎ　りん茎　生	10	たまねぎ　りん茎　生	10
赤ピーマン　果実　生	5	赤ピーマン　果実　生	5	マヨネーズ　全卵型	5	マヨネーズ　全卵型	5	＊ノンオイル青じそ	5	マヨネーズ　全卵型	5	マヨネーズ　全卵型	5
ひじき ほしひじき ｽﾃﾝﾚｽ	0.5	ひじき ほしひじき ｽﾃﾝﾚｽ	0.5										
＊ノンオイル青じそ	6	＊ノンオイル青じそ	6										
コンソメスープ(ｷｬﾍﾞﾂ)		**コンソメスープ(ｷｬﾍﾞﾂ)**		**コンソメスープ(ｷｬﾍﾞﾂ)**		**コンソメスープ(ｷｬﾍﾞﾂ)**		**コンソメスープ(ｷｬﾍﾞﾂ)**		**コンソメスープ(ｷｬﾍﾞﾂ)**		**コンソメスープ(ｷｬﾍﾞﾂ)**	
キャベツ　結球葉　生	40	キャベツ　結球葉　生	40	キャベツ　結球葉　生	40	キャベツ　結球葉　生	40	キャベツ　結球葉　生	40	キャベツ　結球葉　生	40	キャベツ　結球葉　生	40
ほたてがい　水煮	5	ほたてがい　水煮	5	ほたてがい　水煮	5	ほたてがい　水煮	5	ほたてがい　水煮	5	ほたてがい　水煮	5	ほたてがい　水煮	5
さやえんどう　若ざや　生	5	さやえんどう　若ざや　生	5	さやえんどう　若ざや　生	5	さやえんどう　若ざや　生	5	さやえんどう　若ざや　生	5	さやえんどう　若ざや　生	5	さやえんどう　若ざや　生	5
日 風味豊かなコンソメ	2	日 風味豊かなコンソメ	2	日 風味豊かなコンソメ	2	日 風味豊かなコンソメ	2	日 風味豊かなコンソメ	2	日 風味豊かなコンソメ	2	日 風味豊かなコンソメ	2
食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2
パイン		**パイン**		**モモ缶**		**モモ缶**		**パイン**		**モモ缶**			
パインアップル　生	80	パインアップル　生	80	もも　缶詰	50	もも　缶詰	50	パインアップル　生	80	もも　缶詰	50		
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 420.0 kcal 脂質 11.4 g 蛋白質 21.0 g 食塩相当量 2.0 g		kcal 529.0 kcal 脂質 11.6 g 蛋白質 22.8 g 食塩相当量 2.0 g		kcal 382.0 kcal 脂質 13.4 g 蛋白質 14.9 g 食塩相当量 1.8 g		kcal 507.0 kcal 脂質 14.2 g 蛋白質 12.6 g 食塩相当量 1.8 g		kcal 363.0 kcal 脂質 3.0 g 蛋白質 23.3 g 炭水化物 68.0 g		kcal 325.0 kcal 脂質 6.7 g 蛋白質 22.0 g 炭水化物 51.0 g		kcal 284.0 kcal 脂質 6.6 g 蛋白質 21.7 g 炭水化物 40.7 g	
夕 予定人数 10人 実施人数 10人		**夕** 予定人数 5人 実施人数 5人		**夕** 予定人数 3人 実施人数 3人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人		**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	
米飯　100g		**米飯　170g**		**米飯　100g**		**たんぱく質調整ごはん**		**全粥**		**全粥　200g**		**全粥　200g**	
こめ 水稲めし 精白米 うﾙ	100	こめ 水稲めし 精白米 うﾙ	170	こめ 水稲めし 精白米 うﾙ	100	たんぱく質調整ごはん1/4	180	こめ　水稲全かゆ　精白ﾙ	300	こめ　水稲全かゆ　精白ﾙ	200	こめ　水稲全かゆ　精白ﾙ	200
アジの香味焼き		**アジの香味焼き**		**なたね焼き(ｱﾌﾟﾗｶﾚｲ)**		**なたね焼き(ｱﾌﾟﾗｶﾚｲ)**		**なたね蒸し(ﾒﾙﾙｰｻ)**		**なたね焼き(ｱﾌﾟﾗｶﾚｲ)**		**なたね焼き(ｱﾌﾟﾗｶﾚｲ)**	
まあじ　皮つき、生	60	まあじ　皮つき、生	60	日 あぶらかれい	60	日 あぶらかれい	60	メルルーサ　生	60	日 あぶらかれい	60	日 あぶらかれい	60
日 調理酒	0.5	日 調理酒	0.5	日 料理酒	2	日 料理酒	2	日 料理酒	2	日 料理酒	2	日 料理酒	2
食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1	食塩	0.1
にら　葉　生	10	にら　葉　生	10	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1	じゃがいもでん粉	1
にんにく　りん茎　生	1	にんにく　りん茎　生	1	鶏卵　全卵　生	20	鶏卵　全卵　生	20	鶏卵　全卵　生	20	鶏卵　全卵　生	20	鶏卵　全卵　生	20
しょうが　根茎　生	1	しょうが　根茎　生	1	調合油	1	調合油	1	日 まろやか醤油	4	調合油	1	調合油	1
日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	みりん　本みりん	2	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4
ごま油	1	ごま油	1	みりん　本みりん	2	みりん　本みりん	2	じゃがいもでん粉	2	みりん　本みりん	2	みりん　本みりん	2
黄ピーマン　果実　生	15	黄ピーマン　果実　生	15	じゃがいもでん粉	2	じゃがいもでん粉	2	さやえんどう　若ざや　生	3	じゃがいもでん粉	2	じゃがいもでん粉	2
赤ピーマン　果実　生	15	赤ピーマン　果実　生	15	さやえんどう　若ざや　生	3	さやえんどう　若ざや　生	3			さやえんどう　若ざや　生	3	さやえんどう　若ざや　生	3
食塩	0.1	食塩	0.1										
ポテト煮		**ポテト煮**		**ポテト煮**		**ポテト煮**		**ポテト煮**		**ポテト煮**		**ポテト煮**	
じゃがいも　塊茎　生	50	じゃがいも　塊茎　生	50	じゃがいも　塊茎　生	50	じゃがいも　塊茎　生	50	じゃがいも　塊茎　生	50	じゃがいも　塊茎　生	50	じゃがいも　塊茎　生	50
たまねぎ　りん茎　生	10	たまねぎ　りん茎　生	10	たまねぎ　りん茎　生	10	たまねぎ　りん茎　生	10	たまねぎ　りん茎　生	10	たまねぎ　りん茎　生	10	たまねぎ　りん茎　生	10
日 鶏ミンチ	20	日 鶏ミンチ	20	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4

献　立　表

令和 8年10月12日（月）

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
調合油	1	調合油	1	みりん　本直し	2	みりん　本直し	2	みりん　本直し	2	みりん　本直し	2	みりん　本直し	2
日 まろやか醤油	4	日 まろやか醤油	4	グリンピース　冷凍	3	グリンピース　冷凍	3	グリンピース　冷凍	3	グリンピース　冷凍	3	グリンピース　冷凍	3
みりん　本直し	2	みりん　本直し	2										
グリンピース　冷凍	3	グリンピース　冷凍	3										
白和え		**白和え**		**白和え**		**白和え**		**白和え**		**白和え**		**白和え**	
にんじん　根　冷凍	20	にんじん　根　冷凍	20	にんじん　根　冷凍	20	にんじん　根　冷凍	20	にんじん　根　冷凍	20	にんじん　根　冷凍	20	にんじん　根　冷凍	20
こまつな　葉　生	20	こまつな　葉　生	20	こまつな　葉　生	20	こまつな　葉　生	20	こまつな　葉　生	20	こまつな　葉　生	20	こまつな　葉　生	20
日 白和えの素	30	日 白和えの素	30	日 白和えの素	30	日 白和えの素	30	日 白和えの素	30	日 白和えの素	30	日 白和えの素	30
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 386.0 kcal 脂質 9.7 g 蛋白質 23.9 g 食塩相当量 1.7 g		kcal 495.0 kcal 脂質 9.9 g 蛋白質 25.7 g 食塩相当量 1.7 g		kcal 416.0 kcal 脂質 13.3 g 蛋白質 18.3 g 食塩相当量 1.6 g		kcal 541.0 kcal 脂質 14.1 g 蛋白質 16.0 g 食塩相当量 1.6 g		kcal 392.0 kcal 脂質 6.2 g 蛋白質 20.7 g 炭水化物 67.0 g		kcal 390.0 kcal 脂質 13.2 g 蛋白質 18.0 g 炭水化物 51.3 g		kcal 390.0 kcal 脂質 13.2 g 蛋白質 18.0 g 炭水化物 51.3 g	
合計		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**	
kcal 1217.0 kcal 脂質 36.2 g 蛋白質 60.6 g 食塩相当量 5.9 g		kcal 1544.0 kcal 脂質 36.8 g 蛋白質 66.0 g 食塩相当量 5.9 g		kcal 1188.0 kcal 脂質 40.0 g 蛋白質 47.8 g 食塩相当量 5.6 g		kcal 1502.0 kcal 脂質 38.6 g 蛋白質 37.6 g 食塩相当量 5.5 g		kcal 1141.0 kcal 脂質 17.8 g 蛋白質 55.7 g 炭水化物 205.1 g		kcal 1079.0 kcal 脂質 33.1 g 蛋白質 54.3 g 炭水化物 155.1 g		kcal 916.0 kcal 脂質 25.4 g 蛋白質 47.4 g 炭水化物 135.2 g	

献　立　表

令和 8年10月13日 (火)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
朝 予定人数 10人 実施人数 10人	**朝** 予定人数 5人 実施人数 5人	**朝** 予定人数 3人 実施人数 3人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
味噌汁(青梗菜)	**味噌汁(青梗菜)**	**味噌汁(青梗菜)**	**味噌汁(青梗菜)**	**味噌汁(青梗菜)**	**味噌汁(青梗菜)**	**味噌汁(青梗菜)**
チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30	チンゲンサイ 葉 生	30
たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10
日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5
メヌケの煮付け	**メヌケの煮付け**	**メヌケの煮付け**	**メヌケの煮付け**	**メヌケの煮付け**	**メヌケの煮付け**	**メヌケの煮付け**
日 メヌケ煮付け(60g)	60	日 メヌケ煮付け(60g)	60	日 メヌケ煮付け(60g)	60	日 メヌケ煮付け(60g)	60	日 メヌケ煮付け(60g)	60	日 メヌケ煮付け(60g)	60	日 メヌケ煮付け(60g)	60
ゆず酢あえ(大根)	**ゆず酢あえ(大根)**	**梅和え(大根)**	**梅和え(大根)**	**ゆず酢あえ(大根)**	**大根のお浸し**	**大根のお浸し**
だいこん 根 皮むき 生	50	だいこん 根 皮むき 生	50	だいこん 根 皮むき 生	40	だいこん 根 皮むき 生	40	だいこん 根 皮むき 生	50	だいこん 根 皮むき 生	40	だいこん 根 皮むき 生	40
にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10
穀物酢	4	穀物酢	4	日 しそねり梅	3	日 しそねり梅	3	穀物酢	4	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
車糖 上白糖	3	車糖 上白糖	3	みりん 本みりん	1	みりん 本みりん	1	車糖 上白糖	3				
果皮 ゆず	0.5	果皮 ゆず	0.5					果皮 ゆず	0.5				
牛乳	**牛乳**	**牛乳**	**牛乳1/2**	**ヨーグルト**	**牛乳**	
普通牛乳	200	普通牛乳	200	普通牛乳	200	牛乳	100	ひるがのヨーグルト	80	普通牛乳	200	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 400.0 kcal 脂質 10.1 g 蛋白質 19.5 g 食塩相当量 1.9 g	kcal 509.0 kcal 脂質 10.3 g 蛋白質 21.3 g 食塩相当量 1.9 g	kcal 391.0 kcal 脂質 10.0 g 蛋白質 19.5 g 食塩相当量 2.4 g	kcal 455.0 kcal 脂質 7.0 g 蛋白質 13.9 g 食塩相当量 2.3 g	kcal 394.0 kcal 脂質 5.3 g 蛋白質 16.7 g 炭水化物 72.8 g	kcal 361.0 kcal 脂質 9.9 g 蛋白質 19.4 g 炭水化物 53.3 g	kcal 239.0 kcal 脂質 2.3 g 蛋白質 12.8 g 炭水化物 43.7 g
昼 予定人数 9人 実施人数 9人	**昼** 予定人数 5人 実施人数 5人	**昼** 予定人数 3人 実施人数 3人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
八宝菜	**八宝菜**	**卵とじ**	**卵とじ**	**卵とじ**	**卵とじ**	**卵とじ**
はくさい 結球葉 生	60	はくさい 結球葉 生	60	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20	たまねぎ りん茎 生	20
にんじん 根 冷凍	20	にんじん 根 冷凍	20	はんぺん	30	はんぺん	30	はんぺん	30	はんぺん	30	はんぺん	30
たけのこ 若茎 生	20	たけのこ 若茎 生	20	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10	にんじん 根 冷凍	10
日 豚もも肉(ｽﾗｲｽ・酢豚用	40	日 豚もも肉(ｽﾗｲｽ・酢豚用	40	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2	車糖 上白糖	2
むきえび	30	むきえび	30	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2	みりん 本みりん	2
いか類 するめいか 生	20	いか類 するめいか 生	20	日 まろやか醤油	6	日 まろやか醤油	6	日 まろやか醤油	6	日 まろやか醤油	6	日 まろやか醤油	6
さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	鶏卵 全卵 生	40	鶏卵 全卵 生	40	鶏卵 全卵 生	40	鶏卵 全卵 生	40	鶏卵 全卵 生	40
調合油	3	調合油	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3	さやえんどう 若ざや 生	3
日 まろやか醤油	2	日 まろやか醤油	2										
日 風味豊かな中華だし	1.3	日 風味豊かな中華だし	1.3										
食塩	0.3	食塩	0.3										
じゃがいもでん粉	2	じゃがいもでん粉	2										

献　立　表

令和 8年10月13日 (火)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
うずら卵 水煮缶詰 8.6	うずら卵 水煮缶詰 8.6					
南瓜甘煮	**南瓜甘煮**	**南瓜甘煮**	**南瓜甘煮**	**南瓜甘煮**	**南瓜甘煮**	**南瓜甘煮**
西洋かぼちゃ 果実 冷凍 56	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 56	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 60	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 60	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 56	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 60	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 60
車糖 上白糖 5	車糖 上白糖 5	車糖 上白糖 5	車糖 上白糖 5	車糖 上白糖 5	車糖 上白糖 5	車糖 上白糖 5
食塩 0.05	食塩 0.05	食塩 0.05	食塩 0.05	食塩 0.05	食塩 0.05	食塩 0.05
中華あえ(ワカメ)	**中華あえ(ワカメ)**	**ささみ和え(白菜)**	**ささみ和え(白菜)**	**ささみ和え(白菜)**	**ささみ和え(白菜)**	**ささみ和え(白菜)**
きゅうり 果実 生 40	きゅうり 果実 生 40	はくさい 結球葉 生 40	はくさい 結球葉 生 40	はくさい 結球葉 生 40	はくさい 結球葉 生 40	はくさい 結球葉 生 40
わかめ 乾燥わかめ 素干 3	わかめ 乾燥わかめ 素干 3	若鶏肉 ささ身 生 にわ 15	若鶏肉 ささ身 生 にわ 15	若鶏肉 ささ身 生 にわ 15	若鶏肉 ささ身 生 にわ 15	若鶏肉 ささ身 生 にわ 15
ごま 乾 1	ごま 乾 1	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3	日 まろやか醤油 3
しょうが 根茎 生 1.5	しょうが 根茎 生 1.5					
日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4					
ごま油 3	ごま油 3					
オレンジ	**オレンジ**	**おろしバナナ**	**おろしバナナ**	**オレンジ**	**おろしバナナ**	
ｵﾚﾝｼﾞ ﾈｰﾌﾞﾙ 砂じょう 生 80	ｵﾚﾝｼﾞ ﾈｰﾌﾞﾙ 砂じょう 生 80	おろしバナナ 50	おろしバナナ 50	ｵﾚﾝｼﾞ ﾈｰﾌﾞﾙ 砂じょう 生 80	おろしバナナ 50	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 484.0 kcal 脂質 13.0 g 蛋白質 26.3 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 593.0 kcal 脂質 13.2 g 蛋白質 28.1 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 403.0 kcal 脂質 5.0 g 蛋白質 17.1 g 食塩相当量 1.6 g	kcal 528.0 kcal 脂質 5.8 g 蛋白質 14.8 g 食塩相当量 1.6 g	kcal 431.0 kcal 脂質 5.1 g 蛋白質 18.1 g 炭水化物 83.3 g	kcal 377.0 kcal 脂質 4.9 g 蛋白質 16.8 g 炭水化物 70.4 g	kcal 331.0 kcal 脂質 4.9 g 蛋白質 16.4 g 炭水化物 58.9 g
夕 予定人数 9人 実施人数 9人	**夕** 予定人数 5人 実施人数 5人	**夕** 予定人数 3人 実施人数 3人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる 100	こめ 水稲めし 精白米 うる 170	こめ 水稲めし 精白米 うる 100	たんぱく質調整ごはん1/2 180	こめ 水稲全かゆ 精白米 300	こめ 水稲全かゆ 精白米 200	こめ 水稲全かゆ 精白米 200
鶏肉うま煮	**鶏肉うま煮**	**鶏肉うま煮**	**鶏肉うま煮**	**鶏肉うま煮**	**鶏肉うま煮**	**鶏肉うま煮**
日 若鶏小間肉 40	日 若鶏小間肉 40	日 若鶏小間肉 40	日 若鶏小間肉 40	若鶏肉 ささ身 生 にわ 40	若鶏肉 ささ身 生 にわ 40	若鶏肉 ささ身 生 にわ 40
かぶ 根 皮むき 生 80	かぶ 根 皮むき 生 80	かぶ 根 皮むき 生 80	かぶ 根 皮むき 生 80	かぶ 根 皮むき 生 80	かぶ 根 皮むき 生 80	かぶ 根 皮むき 生 80
にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20	にんじん 根 冷凍 20
さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5	さやいんげん 若ざや 生 5
日 まろやか醤油 7	日 まろやか醤油 7	日 まろやか醤油 7	日 まろやか醤油 7	日 まろやか醤油 7	日 まろやか醤油 7	日 まろやか醤油 7
日 調理酒 3	日 調理酒 3	日 調理酒 3	日 調理酒 3	日 調理酒 3	日 調理酒 3	日 調理酒 3
車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3
みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3
じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2	じゃがいもでん粉 2
豆腐煮	**豆腐煮**	**豆腐煮**	**豆腐煮**	**豆腐煮**	**豆腐煮**	**豆腐煮**
だいず 木綿豆腐 60	だいず 木綿豆腐 60	だいず 木綿豆腐 60	だいず 木綿豆腐 60	だいず 木綿豆腐 60	だいず 木綿豆腐 60	だいず 木綿豆腐 60
たまねぎ りん茎 生 10	たまねぎ りん茎 生 10	たまねぎ りん茎 生 10	たまねぎ りん茎 生 10	たまねぎ りん茎 生 10	たまねぎ りん茎 生 10	たまねぎ りん茎 生 10
日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4
みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2	みりん 本みりん 2
さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3	さやえんどう 若ざや 生 3
レタスサラダ	**レタスサラダ**	**ツナマヨ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**	**ツナマヨ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**	**レタスサラダ(ﾂﾅ)**	**ツナマヨ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**	**ツナマヨ和え(ｷｬﾍﾞﾂ)**

献　立　表

令和 8年10月13日 (火)

糖尿1200常菜食		心臓塩6g常菜食		糖尿1200五分菜食		腎臓五分菜食		肝胆膵炎軟菜食		潰瘍軟菜食		胃切軟菜食	
レタス　土耕栽培　結球葉	30	レタス　土耕栽培　結球葉	30	キャベツ　結球葉　生	50	キャベツ　結球葉　生	50	レタス　土耕栽培　結球葉	30	キャベツ　結球葉　生	50	キャベツ　結球葉　生	50
たまねぎ　りん茎　生	10	たまねぎ　りん茎　生	10	日 かつお水煮フレーク	15	日 かつお水煮フレーク	15	たまねぎ　りん茎　生	10	日 かつお水煮フレーク	15	日 かつお水煮フレーク	15
赤ピーマン　果実　生	5	赤ピーマン　果実　生	5	マヨネーズ　全卵型	6	マヨネーズ　全卵型	6	赤ピーマン　果実　生	5	マヨネーズ　全卵型	6	マヨネーズ　全卵型	6
＊ノンオイルたまねぎ	8	＊ノンオイルたまねぎ	8	日 まろやか醤油	0.5	日 まろやか醤油	0.5	日 かつお水煮フレーク	15	日 まろやか醤油	0.5	日 まろやか醤油	0.5
								＊ノンオイルたまねぎ	8				
小計		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**		**小計**	
kcal 352.0 kcal　脂質 9.0 g		kcal 461.0 kcal　脂質 9.2 g		kcal 407.0 kcal　脂質 13.9 g		kcal 532.0 kcal　脂質 14.7 g		kcal 367.0 kcal　脂質 3.8 g		kcal 344.0 kcal　脂質 8.4 g		kcal 344.0 kcal　脂質 8.4 g	
蛋白質 15.8 g　食塩相当量 1.5 g		蛋白質 17.6 g　食塩相当量 1.5 g		蛋白質 18.9 g　食塩相当量 1.5 g		蛋白質 16.6 g　食塩相当量 1.5 g		蛋白質 22.5 g　炭水化物 65.0 g		蛋白質 21.6 g　炭水化物 49.7 g		蛋白質 21.6 g　炭水化物 49.7 g	
合計		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**		**合計**	
kcal 1236.0 kcal　脂質 32.1 g		kcal 1563.0 kcal　脂質 32.7 g		kcal 1201.0 kcal　脂質 28.9 g		kcal 1515.0 kcal　脂質 27.5 g		kcal 1192.0 kcal　脂質 14.2 g		kcal 1082.0 kcal　脂質 23.2 g		kcal 914.0 kcal　脂質 15.6 g	
蛋白質 61.6 g　食塩相当量 5.5 g		蛋白質 67.0 g　食塩相当量 5.5 g		蛋白質 55.5 g　食塩相当量 5.5 g		蛋白質 45.3 g　食塩相当量 5.4 g		蛋白質 57.3 g　炭水化物 221.1 g		蛋白質 57.8 g　炭水化物 173.4 g		蛋白質 50.8 g　炭水化物 152.3 g	

献　立　表

令和 8年10月14日 (水)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
朝 予定人数 9人 実施人数 9人	**朝** 予定人数 5人 実施人数 5人	**朝** 予定人数 3人 実施人数 3人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人	**朝** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
味噌汁(豆腐)	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**	**味噌汁(豆腐)**
だいず 木綿豆腐	40	だいず 木綿豆腐	40	だいず 木綿豆腐	40	だいず 木綿豆腐	40	だいず 木綿豆腐	40	だいず 木綿豆腐	40	だいず 木綿豆腐	40
たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10	たまねぎ りん茎 生	10
さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5	さやいんげん 若ざや 生	5
日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8	日 合わせ麦みそ	8
日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5	日 和Qだし	0.5
＊厚焼たまご	**＊厚焼たまご**	**＊厚焼たまご**	**＊厚焼たまご**	**＊厚焼たまご1/2**	**＊厚焼たまご**	**＊厚焼たまご**
日 厚焼きたまご	50	日 厚焼きたまご	50	日 厚焼きたまご	50	日 厚焼きたまご	50	日 厚焼きたまご	25	日 厚焼きたまご	50	日 厚焼きたまご	50
ささみマヨ和え(白菜)	**ささみマヨ和え(白菜)**	**ささみマヨ和え(白菜)**	**ささみマヨ和え(白菜)**	**ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え(白菜)**	**ささみマヨ和え(白菜)**	**ささみマヨ和え(白菜)**
はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50	はくさい 結球葉 生	50
にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	15	にんじん 根 冷凍	15
若鶏肉 ささ身 生 にわ	5	若鶏肉 ささ身 生 にわ	5	若鶏肉 ささ身 生 にわ	5	若鶏肉 ささ身 生 にわ	5	若鶏肉 ささ身 生 にわ	5	若鶏肉 ささ身 生 にわ	5	若鶏肉 ささ身 生 にわ	5
マヨネーズ 全卵型	5	マヨネーズ 全卵型	5	マヨネーズ 全卵型	5	＊ノンオイル中華(ごま不	5	マヨネーズ 全卵型	5	マヨネーズ 全卵型	5
牛乳	**牛乳**	**牛乳**	**牛乳1/2**	**ヨーグルト**	**牛乳**	
普通牛乳	200	普通牛乳	200	普通牛乳	200	牛乳	100	ひるがのヨーグルト	80	普通牛乳	200	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 448.0 kcal 脂質 18.0 g 蛋白質 18.5 g 食塩相当量 1.7 g	kcal 557.0 kcal 脂質 18.2 g 蛋白質 20.3 g 食塩相当量 1.7 g	kcal 448.0 kcal 脂質 18.0 g 蛋白質 18.5 g 食塩相当量 1.7 g	kcal 512.0 kcal 脂質 15.0 g 蛋白質 12.9 g 食塩相当量 1.6 g	kcal 379.0 kcal 脂質 7.5 g 蛋白質 14.0 g 炭水化物 68.0 g	kcal 422.0 kcal 脂質 17.9 g 蛋白質 18.2 g 炭水化物 53.8 g	kcal 300.0 kcal 脂質 10.3 g 蛋白質 11.6 g 炭水化物 44.2 g
昼 予定人数 7人 実施人数 7人	**昼** 予定人数 4人 実施人数 4人	**昼** 予定人数 3人 実施人数 3人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人	**昼** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる	100	こめ 水稲めし 精白米 うる	170	こめ 水稲めし 精白米 うる	100	たんぱく質調整ごはん1/2	180	こめ 水稲全かゆ 精白米	300	こめ 水稲全かゆ 精白米	200	こめ 水稲全かゆ 精白米	200
鶏肉野菜焼き	**鶏肉野菜焼き**	**鶏肉野菜焼き**	**鶏肉野菜焼き**	**鶏肉野菜焼き**	**鶏肉野菜焼き**	**鶏肉野菜焼き**
日 若鶏小間肉	60	日 若鶏小間肉	60	日 若鶏小間肉	60	日 若鶏小間肉	60	若鶏肉 むね 皮なし 生 に	60	若鶏肉 むね 皮なし 生 に	60	若鶏肉 むね 皮なし 生 に	60
食塩	0.4	食塩	0.4	食塩	0.4	食塩	0.4	食塩	0.4	食塩	0.4	食塩	0.4
たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30	たまねぎ りん茎 生	30
ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30	ブロッコリー 花序 生	30
日 バターフレーバーオイ	1	日 バターフレーバーオイ	1	日 バターフレーバーオイ	1	日 バターフレーバーオイ	1	日 風味豊かなコンソメ	1	日 風味豊かなコンソメ	1	日 風味豊かなコンソメ	1
日 風味豊かなコンソメ	1.5	日 風味豊かなコンソメ	1.5	日 風味豊かなコンソメ	1.5								
冷奴(わかめ)	**冷奴(わかめ)**	**冷奴(青梗菜)**	**冷奴(青梗菜)**	**冷奴(わかめ)**	**冷奴(青梗菜)**	**冷奴(青梗菜)**
だいず 絹ごし豆腐	50	だいず 絹ごし豆腐	50	だいず 絹ごし豆腐	50	だいず 絹ごし豆腐	50	だいず 絹ごし豆腐	50	だいず 絹ごし豆腐	50	だいず 絹ごし豆腐	50
しょうが 根茎 生	2	しょうが 根茎 生	2	チンゲンサイ 葉 生	20	チンゲンサイ 葉 生	20	しょうが 根茎 生	2	チンゲンサイ 葉 生	20	チンゲンサイ 葉 生	20
わかめ 乾燥わかめ 素	1	わかめ 乾燥わかめ 素	1	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3	わかめ 乾燥わかめ 素	1	日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3
日 まろやか醤油	3	日 まろやか醤油	3					日 まろやか醤油	3				
はるさめスープ(中華)	**はるさめスープ(中華)**	**はるさめスープ(中華)**	**はるさめスープ(中華)**	**はるさめスープ(中華)**	**はるさめスープ(中華)**	**はるさめスープ(中華)**

献　立　表

令和 8年10月14日 (水)

糖尿1200常菜食	心臓塩6g常菜食	糖尿1200五分菜食	腎臓五分菜食	肝胆膵炎軟菜食	潰瘍軟菜食	胃切軟菜食
はるさめ 緑豆はるさめ 1	はるさめ 緑豆はるさめ 1	はるさめ 緑豆はるさめ 1	はるさめ 緑豆はるさめ 1	はるさめ 緑豆はるさめ 1	はるさめ 緑豆はるさめ 1	はるさめ 緑豆はるさめ 1
キャベツ 結球葉 生 20	キャベツ 結球葉 生 20	キャベツ 結球葉 生 20	キャベツ 結球葉 生 20	キャベツ 結球葉 生 20	キャベツ 結球葉 生 20	キャベツ 結球葉 生 20
にんじん 根 冷凍 10	にんじん 根 冷凍 10	にんじん 根 冷凍 10	にんじん 根 冷凍 10	にんじん 根 冷凍 10	にんじん 根 冷凍 10	にんじん 根 冷凍 10
日 風味豊かな中華だし 2	日 風味豊かな中華だし 2	日 風味豊かな中華だし 2	日 風味豊かな中華だし 2	日 風味豊かな中華だし 2	日 風味豊かな中華だし 2	日 風味豊かな中華だし 2
食塩 0.2	食塩 0.2	食塩 0.2	食塩 0.2	食塩 0.2	食塩 0.2	食塩 0.2
リンゴ	**リンゴ**	**りんごダイス缶**	**りんごダイス缶**	**リンゴ**	**りんごダイス缶**	
りんご 皮むき 生 80	りんご 皮むき 生 80	りんご 缶詰 70	りんご 缶詰 70	りんご 皮むき 生 80	りんご 缶詰 70	
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 395.0 kcal 脂質 12.1 g 蛋白質 18.5 g 食塩相当量 2.3 g	kcal 504.0 kcal 脂質 12.3 g 蛋白質 20.3 g 食塩相当量 2.3 g	kcal 409.0 kcal 脂質 12.0 g 蛋白質 18.6 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 534.0 kcal 脂質 12.8 g 蛋白質 16.3 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 373.0 kcal 脂質 3.7 g 蛋白質 23.3 g 炭水化物 69.8 g	kcal 322.0 kcal 脂質 3.5 g 蛋白質 22.3 g 炭水化物 55.7 g	kcal 265.0 kcal 脂質 3.4 g 蛋白質 22.1 g 炭水化物 41.6 g
夕 予定人数 6人 実施人数 6人	**夕** 予定人数 4人 実施人数 4人	**夕** 予定人数 3人 実施人数 3人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人	**夕** 予定人数 0人 実施人数 0人
米飯 100g	**米飯 170g**	**米飯 100g**	**たんぱく質調整ごはん**	**全粥**	**全粥 200g**	**全粥 200g**
こめ 水稲めし 精白米 うる 100	こめ 水稲めし 精白米 うる 170	こめ 水稲めし 精白米 うる 100	たんぱく質調整ごはん1/4 180	こめ 水稲全かゆ 精白米 300	こめ 水稲全かゆ 精白米 200	こめ 水稲全かゆ 精白米 200
西京焼き(ﾒﾙ)	**西京焼き(ﾒﾙ)**	**ﾒﾙﾙｰｻの味噌かけ**	**ﾒﾙﾙｰｻの味噌かけ**	**ﾒﾙﾙｰｻの味噌かけ**	**ﾒﾙﾙｰｻの味噌かけ**	**ﾒﾙﾙｰｻの味噌かけ**
メルルーサ 生 60	メルルーサ 生 60	メルルーサ 生 60	メルルーサ 生 60	メルルーサ 生 60	メルルーサ 生 60	メルルーサ 生 60
日 料理酒 1	日 料理酒 1	日 料理酒 1	日 料理酒 1	日 料理酒 1	日 料理酒 1	日 料理酒 1
日 合わせ麦みそ 8	日 合わせ麦みそ 8	日 合わせ麦みそ 8	日 合わせ麦みそ 8	みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3
車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3	みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3	車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3
みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3	車糖 上白糖 3	車糖 上白糖 3	和種なばな 花らい・茎 30	和種なばな 花らい・茎 30	和種なばな 花らい・茎 30
日 料理酒 1	日 料理酒 1	和種なばな 花らい・茎 30	和種なばな 花らい・茎 30	食塩 0.1	食塩 0.1	食塩 0.1
和種なばな 花らい・茎 30	和種なばな 花らい・茎 30	食塩 0.1	食塩 0.1			
食塩 0.1	食塩 0.1					
南瓜煮	**南瓜煮**	**南瓜煮**	**南瓜煮**	**南瓜煮**	**南瓜煮**	**南瓜煮**
西洋かぼちゃ 果実 冷凍 56	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 56	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 60	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 60	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 56	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 60	西洋かぼちゃ 果実 冷凍 60
日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4	日 まろやか醤油 4
みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3	みりん 本みりん 3
おろし酢和え(ﾄﾏﾄ)	**おろし酢和え(ﾄﾏﾄ)**	**ホタテ和え(ﾎｳﾚﾝｿｳ)**	**ホタテ和え(ﾎｳﾚﾝｿｳ)**	**ホタテ和え(ﾎｳﾚﾝｿｳ)**	**ホタテ和え(ﾎｳﾚﾝｿｳ)**	**ホタテ和え(ﾎｳﾚﾝｿｳ)**
だいこん 根 皮むき 生 40	だいこん 根 皮むき 生 40	ほうれんそう 葉 冷凍 50	ほうれんそう 葉 冷凍 50	ほうれんそう 葉 冷凍 50	ほうれんそう 葉 冷凍 50	ほうれんそう 葉 冷凍 50
トマト類 トマト 果実 生 30	トマト類 トマト 果実 生 30	ほたてがい 水煮 10	ほたてがい 水煮 10	ほたてがい 水煮 10	ほたてがい 水煮 10	ほたてがい 水煮 10
たまねぎ りん茎 生 10	たまねぎ りん茎 生 10	日 まろやか醤油 2	日 まろやか醤油 2	日 まろやか醤油 2	日 まろやか醤油 2	日 まろやか醤油 2
だいず ゆで 全粒 国産 黄 20	だいず ゆで 全粒 国産 黄 20					
穀物酢 6	穀物酢 6					
パルスイート 液体タイプ 1.5	パルスイート 液体タイプ 1.5					
小計	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**	**小計**
kcal 350.0 kcal 脂質 3.4 g 蛋白質 19.8 g 食塩相当量 1.6 g	kcal 459.0 kcal 脂質 3.6 g 蛋白質 21.6 g 食塩相当量 1.6 g	kcal 324.0 kcal 脂質 1.8 g 蛋白質 19.9 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 449.0 kcal 脂質 2.6 g 蛋白質 17.6 g 食塩相当量 2.1 g	kcal 360.0 kcal 脂質 1.8 g 蛋白質 20.6 g 炭水化物 69.8 g	kcal 298.0 kcal 脂質 1.7 g 蛋白質 19.6 g 炭水化物 54.8 g	kcal 298.0 kcal 脂質 1.7 g 蛋白質 19.6 g 炭水化物 54.8 g
合計	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**	**合計**
kcal 1193.0 kcal 脂質 33.5 g 蛋白質 56.8 g 食塩相当量 5.6 g	kcal 1520.0 kcal 脂質 34.1 g 蛋白質 62.2 g 食塩相当量 5.6 g	kcal 1181.0 kcal 脂質 31.8 g 蛋白質 57.0 g 食塩相当量 5.9 g	kcal 1495.0 kcal 脂質 30.4 g 蛋白質 46.8 g 食塩相当量 5.8 g	kcal 1112.0 kcal 脂質 13.0 g 蛋白質 57.9 g 炭水化物 207.6 g	kcal 1042.0 kcal 脂質 23.1 g 蛋白質 60.1 g 炭水化物 164.3 g	kcal 863.0 kcal 脂質 15.4 g 蛋白質 53.3 g 炭水化物 140.6 g