

| | | | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------|--|
|  | | 2026年もよろしくお願い致します。 | | 発注の都合により、献立内容が変更になる場合があります。麺の日は、塩分が高くなっていますが、汁を全て残せば塩分量は約半分以下になります。 | |
| 5日(月) | | 6日(火)世界の料理・チュニジア | | 7日(水)七草粥 | |
| とんこつラーメン 餃子 カクテルゼリー <small>麺の汁を全て飲んだ時の値です。</small> | | パン ほうれん草としめじのクリームスープ シャクシユカ風 オレンジ | | 七草粥 みそ汁 カレーの味噌マヨ焼き なます モンブラン | |
| 622/23.3/7.9 | | 638/25.8/3.3 | | 603/20.2/3.5 | |
| 12日(月) | | 13日(火) | | 14日(水)日本の郷土料理・北海道 | |
|  | | 竹輪の磯辺揚げうどん ひじきサラダ ミニ鯛焼き <small>麺の汁を全て飲んだ時の値です。</small> | | ごはん みそ汁 鱈のちゃんちゃん焼き えのきとカニの胡麻マヨ和え バナナ | |
| カロリー/たんぱく質/塩分 | | 688/26.9/11.7 | | 653/32.1/3.3 | |
| 19日(月) | | 20日(火) | | 21日(水) | |
| しらす丼 みそ汁 ぜんまいの煮付け しっとりどら焼き | | パン 煮込みハンバーグ ミモザサラダ みかん | | ごはん みそ汁 厚揚げとたっぷりきのこの炒め煮 胡麻和え バナナ | |
| 577/20.6/3.8 | | 633/27.6/3.1 | | 649/25.5/4.1 | |
| 26日(月) | | 27日(火) | | 28日(水) | |
| ごはん みそ汁 海老カツ&コロッケ いんげんのおかか和え オレンジ | | パン 南瓜のクリームシチュー コールスローサラダ バナナ | | ごはん スーミータン 揚げ団子の酢豚風 涼拌三絲 マンゴープリン | |
| 636/23.0/3.6 | | 649/26.9/3.4 | | 669/22.3/3.7 | |
| 29日(木) | | 30日(金) | | 31日(土) | |
| かき玉あんかけそば 大根と胡瓜のゆかり和え 今川焼き <small>麺の汁を全て飲んだ時の値です。</small> | | ごはん たっぷり葱生姜スープ チャプチェ風 大根のナムル りんご | | ごはん みそ汁 炒り豆腐 春雨サラダ キウイフルーツ | |
| 593/25.2/11.7 | | 639/23.9/3.6 | | 635/29.7/3.8 | |
| 30日(金) | | 31日(土) | | 1日(日) | |
| 617/23.8/4.8 | | 663/24.7/3.6 | | 735/20.2/3.7 | |
| 23日(金) | | 24日(土) | | 25日(日) | |
| ベーコンとトマトのスパゲティー グリーンサラダ チョコパウンドケーキ ミルクティー | | ナシゴレン風 わかめスープ ちんげん菜とハムの中中華和え 杏仁豆腐 | | チキンフィレチーズバーガー 野菜スープ ハッシュドポテト オレンジ | |
| 625/21.7/3.8 | | 608/28.1/3.5 | | 663/24.7/3.6 | |
| 29日(木) | | 30日(金) | | 31日(土) | |
| 茶飯 おでん ブロッコリーのマヨ豆腐和え 蒸し饅頭 <small>おでんの練り物で塩分多めです。</small> | | ごはん 具沢山けんちん汁 赤魚の塩焼き 胡瓜とワカメのツナマヨ和え キウイフルーツ | | ごはん みそ汁 煮込みハンバーグ ミモザサラダ みかん | |
| 625/21.7/3.8 | | 608/28.1/3.5 | | 663/24.7/3.6 | |

★←この星印は、利用者の方のリクエストメニューの事です。