

# 予定献立一覧表

令和 8年 4月25日 ~ 令和 8年 5月 1日

【 常食1800 】

	4月25日(土)		4月26日(日)		4月27日(月)		4月28日(火)		4月29日(水)		4月30日(木)		5月 1日(金)					
朝	御飯(180g) 味噌汁(玉葱・人参) 肉詰めいなりの煮物 カブの和風ｺﾞﾏ醬油和え 味付けのり 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(オクラ・麩) 目玉焼 玉葱ソテー 梅干し 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(大根・人参) 豆乳ｶﾞﾝﾓの煮物 和え物 ふりかけ 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(ﾅｽ・麩) 温泉卵 中華奴 白菜の信田煮 梅びしお 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(玉葱・大葉) 中華奴 小松菜の炒め煮 味付けのり 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(オクラ・麩) シューマイ ｱｽﾊﾟﾗの中華風サラダ 梅びしお 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(ﾅﾝｹﾝ菜) 冷奴 玉ねぎのソテー さくら漬 牛乳200					
昼	御飯(180g) 魚のチｰｽﾞ味噌マヨ焼(ﾏﾙﾙｰ サ) ﾌﾞﾛｯｺﾘｰサラダ ソーﾀﾞゼﾘｰ		御飯(180g) 豚肉のｶﾚ風味炒め 蒸茄子ﾎﾝ酢和え ﾌﾙｰﾂ・ﾊﾞｲﾝｱｯﾌﾟﾙ		御飯(180g) 魚のﾀﾙﾀﾙソース焼(ﾀﾗ) ﾚﾀｽとｸﾗｹﾞのサラダ ﾌﾙｰﾂ・ﾊﾞﾅﾅ		御飯(180g) おろし煮魚(赤魚) ｶﾌﾞのサラダ みかんゼﾘｰ		【いわて減塩・適塩の日】 雑穀御飯(180g) 魚の山椒焼(サハ) モヤシの和え物 ﾌﾙｰﾂ・ﾊﾞﾅﾅ		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">A</th> <th style="width: 50%;">B</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>御飯(180g) 鶏肉の胡麻味噌 煮 ホウレン草のｶﾗｼ和 え ゼﾘｰ(ﾗｲﾁ)</td> <td>麻婆丼 ・ ホウレン草のｶﾗｼ和 え ゼﾘｰ(ﾗｲﾁ)</td> </tr> </tbody> </table>		A	B	御飯(180g) 鶏肉の胡麻味噌 煮 ホウレン草のｶﾗｼ和 え ゼﾘｰ(ﾗｲﾁ)	麻婆丼 ・ ホウレン草のｶﾗｼ和 え ゼﾘｰ(ﾗｲﾁ)	御飯(180g) 魚の生姜焼(サハ) 大根のサラダ ﾌﾙｰﾂ・ｵﾚﾝｼﾞ	
A	B																	
御飯(180g) 鶏肉の胡麻味噌 煮 ホウレン草のｶﾗｼ和 え ゼﾘｰ(ﾗｲﾁ)	麻婆丼 ・ ホウレン草のｶﾗｼ和 え ゼﾘｰ(ﾗｲﾁ)																	
夕	御飯(180g) 味噌汁(ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ・万葱) ﾁｷﾝソテー・ﾏｽﾀｰﾄﾞソース ｸﾘｰﾑ煮 ｷｬｳﾘの酢の物		御飯(180g) 味噌汁(長葱・ｶﾌﾞ) 鱈の煮付け ひじき金平ごぼう さつま芋のマッシュ		御飯(180g) 味噌汁(青菜・万葱) 松風焼 冬瓜の炒め煮 ﾓｽｸ酢		御飯(180g) 味噌汁(人参) 鶏肉のﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ照焼 里芋の炒り煮 オクラのお浸し		御飯(180g) 味噌汁(ﾐｯﾊﾟ・万葱) 豚肉の甘辛炒め きのこソテー ﾄﾏﾄﾌﾞﾛｯｺﾘｰサラダ		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">A</th> <th style="width: 50%;">B</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>御飯(180g) 味噌汁(ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ・ﾌ ｶﾓ) ﾌﾞﾘの照焼 ﾀｸﾉの甘辛煮 なすのﾎﾝ酢か け</td> <td>御飯(180g) 味噌汁(ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ・ﾌ ｶﾓ) ﾎｰｸｶﾚｰ(別盛 り) ﾀｸﾉの甘辛煮 なすのﾎﾝ酢か け</td> </tr> </tbody> </table>		A	B	御飯(180g) 味噌汁(ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ・ﾌ ｶﾓ) ﾌﾞﾘの照焼 ﾀｸﾉの甘辛煮 なすのﾎﾝ酢か け	御飯(180g) 味噌汁(ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ・ﾌ ｶﾓ) ﾎｰｸｶﾚｰ(別盛 り) ﾀｸﾉの甘辛煮 なすのﾎﾝ酢か け	御飯(180g) 味噌汁(ﾐｯﾊﾟ・白菜) 豚肉とふきの煮物 冬瓜の炒め煮 もやしの和え物	
A	B																	
御飯(180g) 味噌汁(ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ・ﾌ ｶﾓ) ﾌﾞﾘの照焼 ﾀｸﾉの甘辛煮 なすのﾎﾝ酢か け	御飯(180g) 味噌汁(ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂ・ﾌ ｶﾓ) ﾎｰｸｶﾚｰ(別盛 り) ﾀｸﾉの甘辛煮 なすのﾎﾝ酢か け																	
1 日 合 計	kcal 1781.85 水分 1164.79 蛋白質 70.53 脂質 45.42 食塩相当 6.84	kcal g g g g	kcal 1801.02 水分 1141.75 蛋白質 69.89 脂質 45.17 食塩相当 6.74	kcal g g g g	kcal 1745.16 水分 1203.04 蛋白質 71.9 脂質 47.32 食塩相当 7.02	kcal g g g g	kcal 1752.43 水分 1133.47 蛋白質 71.44 脂質 45.88 食塩相当 7.02	kcal g g g g	kcal 1752.67 水分 1177.9 蛋白質 73.82 脂質 51.13 食塩相当 6.9	kcal g g g g	kcal 1712.35 水分 1100.81 蛋白質 70.73 脂質 47.18 食塩相当 7	1811.77 kcal 1228.45 g 71.22 g 52.23 g 7.18 g	kcal 1750.4 水分 1260.75 蛋白質 68.01 脂質 54.52 食塩相当 6.84	kcal g g g g				

都合により、献立内容や食材の一部に変更が生じる場合がございます。  
 特別メニューはA食とB食から選ぶことができ、B食は別途100円頂きます。  
 なお、食種によっては選択できない場合がございます。  
 安全のため、ｸﾞﾚｰﾌﾞﾌﾙｰﾂはお出しておりません。予めご了承ください。