

令和8年 6月 献立 老人食

		1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	
朝		食パン りんごジャム ほうれん草のソテー 白桃缶 牛乳	食パン マーガリン さつま芋サラダ フルーツポンチ スコヤカ乳酸菌	食パン ピーナッツクリーム マカロニサラダ みかん缶 牛乳	食パン イチゴジャム ポテトサラダ 黄桃缶 スコヤカ乳酸菌	食パン マーガリン 玉子サラダ ヨーグルト(オレンジ)・牛乳	ロールパン はちみつ ポテトサラダ 白桃缶 スコヤカ乳酸菌	
食		ご当地グルメ 山形県		チキンカレー 野菜サラダ フルーツヨーグルト 福神漬け	米飯 白身魚の和風チーズ焼き (添え：ほうれん草・人参) ひじきの煮物 味噌汁(麴)	しらすと大根の混ぜご飯 鶏肉の照り焼き (添え：チンゲン菜・人参) 高野の煮物 味噌汁(オクラ・人参)	米飯 鰯フライとチキンカツ (添え：ブロッコリー・人参) ピーマンと玉子のソテー コンソメスープ(玉ねぎ・人参)	
おやつ		黒糖ケーキ	苺ロールケーキ・コーヒー	塩饅頭	おはぎ	はちみつドーナツ	バウムクーヘン	
夕		米飯 鶏じゃが 野菜大豆煮 味噌汁(わかめ)	米飯 豚肉の塩だれ炒め (添え：しろな・人参) オクラのツナ和え 味噌汁(揚げ)	米飯 ソイフリットのみぞれ煮 白菜の塩昆布和え 味噌汁(麴)	米飯 揚げ出し豆腐生姜あん いんげんの胡麻和え 味噌汁(卵)	米飯 トンテキ (添え：キャベツ・人参) 南瓜の煮物 味噌汁(わかめ)	米飯 炊き合わせ 肉団子 味噌汁(玉子)	
栄養価		エネルギー 1449kcal 蛋白 46.9g 脂質 36.4g 塩分 7.4g	エネルギー 1339kcal 蛋白 49.3g 脂質 37.6g 塩分 4.9g	エネルギー 1606kcal 蛋白 49.7g 脂質 51.7g 塩分 6.6g	エネルギー 1471kcal 蛋白 50.2g 脂質 43.3g 塩分 5.1g	エネルギー 1651kcal 蛋白 64.6g 脂質 59.5g 塩分 7.5g	エネルギー 1547kcal 蛋白 47.7g 脂質 39.7g 塩分 7.5g	
		7日(日)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	
朝		食パン イチゴジャム スパゲティサラダ みかん缶 牛乳	食パン りんごジャム 南瓜のサラダ 黄桃缶 牛乳	食パン マーガリン マカロニサラダ ヨーグルト(ストロベリーソース) スコヤカ乳酸菌	食パン ピーナッツクリーム ポテトサラダ みかん缶 牛乳	食パン イチゴジャム スパゲティサラダ 黄桃缶・スコヤカ乳酸菌	食パン マーガリン マカロニサラダ 白桃缶 牛乳	ロールパン はちみつ 玉子サラダ みかん缶 スコヤカ乳酸菌
食		米飯 回鍋肉 いんげんの梅肉和え 中華スープ(豆腐)	米飯 鶏肉の唐揚げ (添え：ブロッコリー・ピーマン) エビ焼売 清汁(そうめん)	マルタマデー		生姜ご飯 和風梅おろしハンバーグ (添え：ブロッコリー・人参) 夏野菜の煮浸し 清汁(麴・わかめ)	ふりかけご飯(半量) きつねうどん 冬瓜のそぼろ煮 手作り栗羊羹	チャーハン カニ焼売 中華スープ(春雨) 杏仁フルーツ
おやつ		ウエハース	りんごゼリー	ロールケーキミルク・コーヒー	あつあつバナナフリット	ミルクケーキ・紅茶	カルシウムクッキー	レモンケーキ
夕		米飯 出汁蒸し玉子 さつま揚げの煮物 味噌汁(揚げ)	米飯 鰹の有馬焼き (添え：チンゲン菜・人参) 冷奴 味噌汁(わかめ)	米飯 厚揚げの五目煮 オクラの土佐和え 味噌汁(わかめ)	米飯 鶏肉の韓国風炒め (添え：キャベツ・人参) 春雨サラダ 中華スープ(玉子)	米飯 ソイカツ玉子とじ 白菜のゆかり和え 味噌汁(揚げ)	米飯 焼肉風炒め いんげんのピーナッツ和え 味噌汁(厚揚げ)	米飯 ハムカツと野菜コロッケ (添え：ブロッコリー・人参) 昆布豆 味噌汁(豆腐)
栄養価		エネルギー 1442kcal 蛋白 60.2g 脂質 42.7g 塩分 5.6g	エネルギー 1452kcal 蛋白 52.7g 脂質 36.9g 塩分 5.5g	エネルギー 1436kcal 蛋白 49.0g 脂質 43.2g 塩分 7.7g	エネルギー 1380kcal 蛋白 53.6g 脂質 40.3g 塩分 7.1g	エネルギー 1703kcal 蛋白 53.2g 脂質 51.0g 塩分 8.2g	エネルギー 1517kcal 蛋白 52.9g 脂質 48.6g 塩分 5.7g	エネルギー 1680kcal 蛋白 45.5g 脂質 54.6g 塩分 7.4g
		14日(日)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	
朝		食パン イチゴジャム ナポリタン 黄桃缶 牛乳	食パン りんごジャム ほうれん草のソテー 白桃缶 牛乳	食パン マーガリン ポテトサラダ ヨーグルト(オレンジソース) スコヤカ乳酸菌	食パン ピーナッツクリーム マカロニサラダ みかん缶・牛乳	食パン イチゴジャム スパゲティサラダ 黄桃缶 スコヤカ乳酸菌	食パン マーガリン 玉子サラダ 白桃缶 牛乳	ロールパン はちみつ ナポリタン みかん缶 スコヤカ乳酸菌
食		米飯 豚肉のネギ味噌炒め (添え：もやし・人参・ピーマン) 温泉卵 清汁(豆腐)	米飯 鰹のパン粉焼き (添え：ブロッコリー・人参) 南瓜のサラダ オニオンスープ(玉ねぎ)	ゆかりご飯(半量) はいからそば 厚揚げの煮物 手作りピーチゼリー	お誕生日メニュー		米飯 天ぷら (鰹・南瓜・オクラ) ほうれん草の白和え 赤だし(豆腐)	米飯 白身魚の和風マヨネーズ焼き (添え：インゲン・人参) 白菜の塩昆布和え 味噌汁(じゃが芋)
おやつ		苺ムース	ルヴァン	はちみつドーナツ・コーヒー	ショコラケーキ・紅茶	抹茶饅頭	手作り苺ゼリー	バナナケーキ
夕		米飯 肉団子の和風あん しろなのわさび和え 味噌汁(じゃが芋)	米飯 千草卵 (添え：インゲン・人参) 竹輪の煮物 味噌汁(厚揚げ)	米飯 鶏肉の甘辛炒め しろなと茄子のおろし和え 味噌汁(麴)	米飯 ソイフリットの豚豚風 餃子 中華スープ(玉子)	米飯 木の葉とじ 金時豆 清汁(素麺)	米飯 豚肉のボン酢炒め (添え：もやし・ピーマン) 冷奴 味噌汁(麴)	米飯 ロールキャベツ (添え：ブロッコリー・人参) ソイナゲット ヨーグルト
栄養価		エネルギー 1433kcal 蛋白 55.4g 脂質 36.0g 塩分 5.6g	エネルギー 1403kcal 蛋白 60.6g 脂質 35.5g 塩分 6.2g	エネルギー 1437kcal 蛋白 44.3g 脂質 43.4g 塩分 5.1g	エネルギー1689 kcal 蛋白 48.7g 脂質 50.0g 塩分 7.5g	エネルギー1483 kcal 蛋白 49.1g 脂質 34.9g 塩分 4.4g	エネルギー 1440kcal 蛋白 51.0g 脂質 50.3g 塩分 6.2g	エネルギー 1418kcal 蛋白 38.3g 脂質 39.0g 塩分 8.7g
		21日(日)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	
朝		食パン イチゴジャム ポテトサラダ 黄桃缶・牛乳	食パン りんごジャム スパゲティサラダ 白桃缶 牛乳	食パン マーガリン マカロニサラダ フルールポンチ スコヤカ乳酸菌	食パン ピーナッツクリーム ほうれん草のソテー ヨーグルト(ストロベリー) 牛乳	食パン イチゴジャム 玉子サラダ 黄桃缶・スコヤカ乳酸菌	食パン マーガリン ナポリタン 白桃缶 牛乳	ロールパン はちみつ ポテトサラダ 黄桃缶 スコヤカ乳酸菌
食	父の日	米飯 牛肉のひつまぶし風 南瓜の煮物 胡瓜の酢の物	米飯 豚カツ (添え：キャベツ・人参) チンゲン菜のピーナッツ和え 清汁(そうめん)	米飯 筑前煮 温泉卵 味噌汁(わかめ)	ふりかけご飯(半量) 塩野菜ラーメン 餃子 杏仁フルーツ	身体すっきり薬膳料理		米飯 和風ハンバーグ (添え：インゲン・人参) しろ菜のわさび和え 味噌汁(玉子)
おやつ		セサミクッキー	手作りオレンジゼリー	パンケーキ・コーヒー	白い風船	黒糖ドーナツ・紅茶	黒棒	鉄分ソフトクッキー
夕		米飯 豆腐チャンプル 肉団子 味噌汁(わかめ)	米飯 白身魚の薬味ダレ (添え：ピーマン) 昆布豆 味噌汁(揚げ)	米飯 厚揚げの五目炒め 白菜のゆかり和え 清汁(麴)	米飯 鰹の南部焼き (添え：がんも・インゲン・人参) 菊菜のツナ和え 味噌汁(厚揚げ)	米飯 ソイカツ南蛮風 (添え：キャベツ・人参) いんげんの胡麻和え 味噌汁(豆腐)	米飯 五目厚焼き玉子 (添え：チンゲン菜・人参) かき揚げ 味噌汁(わかめ)	米飯 鶏肉と豆腐のうま煮 オクラの和え物 味噌汁(揚げ)
栄養価		エネルギー 1634kcal 蛋白 56.5g 脂質 58.7g 塩分 5.7g	エネルギー 1489kcal 蛋白 44.9g 脂質 45.0g 塩分 6.3g	エネルギー 1462kcal 蛋白 50.7g 脂質 50.4g 塩分 4.6g	エネルギー 1360kcal 蛋白 53.4g 脂質 37.5g 塩分 7.5g	エネルギー 1645kcal 蛋白 46.5g 脂質 58.2g 塩分 5.8g	エネルギー 1616kcal 蛋白 50.1g 脂質 54.4g 塩分 6.9g	エネルギー 1443kcal 蛋白 44.7g 脂質 35.6g 塩分 5.9g
		28日(日)	29日(月)	30日(火)				
朝		食パン イチゴジャム スパゲティサラダ みかん缶 牛乳	食パン りんごジャム ポテトサラダ 白桃缶 牛乳	食パン マーガリン マカロニサラダ 黄桃缶 スコヤカ乳酸菌				
食		米飯 豚肉の生姜焼き (添え：キャベツ・人参) 玉子焼き 味噌汁(麴)	ゆかりご飯(半量) 焼きそば がんもの煮物 味噌汁(麴)	キーマカレー 野菜サラダ フルーツヨーグルト 福神漬け				
おやつ		バウムクーヘン	メロンバウム	ルヴァン・コーヒー				
夕		米飯 マーボー豆腐 カニ焼売 中華スープ(わかめ)	米飯 鰹のかば焼き (添え：インゲン・人参) 金時豆 味噌汁(揚げ)	米飯 親子煮 冷奴 味噌汁(わかめ)				
栄養価		エネルギー 1546kcal 蛋白 58.8g 脂質 44.8g 塩分 6.0g	エネルギー 1507kcal 蛋白 54.9g 脂質 39.7g 塩分 7.1g	エネルギー 1559kcal 蛋白 52.7g 脂質 52.4g 塩分 6.3g				

令和8年 7月 献立 老人食

朝食 昼食 おやつ 夕食				1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)
				食パン ピーナッツクリーム ナポリタン みかん缶 牛乳	食パン イチゴジャム ポテトサラダ ヨーグルト(ストロベリーソース) スコヤカ乳酸菌	食パン マーガリン 玉子サラダ 黄桃缶・牛乳 ご当地グルメ 群馬県	ロールパン はちみつ スパゲティサラダ 白桃缶 スコヤカ乳酸菌
				米飯 白身魚のオーロラソースかけ (添え：インゲン・赤ピーマン) ハムカツ コンソメスープ(玉子)	米飯 鶏肉の照り焼き (添え：インゲン・人参) 白菜のゆかり和え 味噌汁(そうめん)	米飯 オランダコロッケ (添え：ブロッコリー・赤ピーマン) ほうれん草のソテー コンソメスープ(玉ねぎ・人参)	米飯 鰯の山椒焼き (添え：オクラ・甘酢生姜) ふんわり野菜の豆腐よせ 味噌汁(わかめ)
				抹茶饅頭	カルシウムソフトクッキー	メロンムース	苺のロールケーキ・紅茶
				米飯 肉団子の和風あん オクラの胡麻和え 味噌汁(豆腐)	快腸献立 米飯 パブリカと豚肉のニンニク味噌炒め 南瓜の煮物 玉子とえのきの清汁	米飯 厚揚げの五目煮 なます 味噌汁(わかめ)	米飯 千草卵 (添え：菊菜・人参) 枝豆つみれのあんかけ 味噌汁(揚げ)
栄養価				エネルギー 1584kcal 蛋白 51.8g 脂質 45.9g 塩分 8.5g	エネルギー 1446kcal 蛋白 53.2g 脂質 38.2g 塩分 5.6g	エネルギー 1656kcal 蛋白 51.9g 脂質 63.8g 塩分 7.8g	エネルギー 1449kcal 蛋白 60.1g 脂質 35.7g 塩分 5.9g
朝食 昼食 おやつ 夕食	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
	食パン イチゴジャム マカロニサラダ みかん缶 牛乳	食パン りんごジャム ポテトサラダ 黄桃缶 牛乳	食パン マーガリン ほうれん草のソテー 白桃缶 スコヤカ乳酸菌	食パン ピーナッツクリーム ポテトサラダ みかん缶 牛乳	食パン イチゴジャム スパゲティサラダ 黄桃缶 スコヤカ乳酸菌	食パン マーガリン 玉子サラダ 白桃缶 牛乳	ロールパン はちみつ ポテトサラダ ヨーグルト(ストロベリーソース) スコヤカ乳酸菌
	米飯 トンテキ (添え：もやし・ピーマン) 春雨サラダ 味噌汁(豆腐)	米飯 鰯の和風チーズ焼き (添え：しろな・人参) 白菜の梅肉和え 味噌汁(わかめ)	七夕 いなり寿司 七夕そうめん かき揚げ 七夕デザート	米飯 チキンカツと白身魚フライ (添え：キャベツ・ピーマン) いんげんのごま和え・味噌汁(豆腐)	米飯 トマトソースオムライス コールスローサラダ コンソメスープ(ほうれん草・人参)	米飯 鶏唐の薬味ダレ (添え：南瓜・インゲン) オクラの和え物 味噌汁(厚揚げ)	チャーハン 焼売 中華スープ(春雨) 杏仁フルーツ
	おにぎりせんべい	はちみつドーナツ	ロールケーキミルク コーヒー	おやつレク クレープパーティー	黒棒	手作りりんごゼリー	黒糖ドーナツ
	米飯 鶏肉の甘辛炒め (添え：インゲン・人参) キャベツの塩昆布和え 味噌汁(玉子)	米飯 炊き合わせ 大豆のサラダ 味噌汁(玉ねぎ)	米飯 豆腐チャンプル 竹輪の煮物 味噌汁(麴)	米飯 鶏肉の韓国風炒め (添え：チンゲン菜・人参) もやしのナムル 中華スープ(玉子)	米飯 豚じやが 昆布豆 味噌汁(麴)	米飯 鰯の幽庵焼き (添え：菊菜・人参) 冷奴 清汁(そうめん)	米飯 肉団子の豆腐煮 いんげんの香味和え 味噌汁(わかめ)
栄養価	エネルギー 1470kcal 蛋白 53.1g 脂質 46.7g 塩分 6.2g	エネルギー 1413kcal 蛋白 50.4g 脂質 33.0g 塩分 5.8g	エネルギー 1489kcal 蛋白 47.2g 脂質 36.9g 塩分 8.7g	エネルギー 1498kcal 蛋白 51.4g 脂質 50.3g 塩分 6.4g	エネルギー 1419kcal 蛋白 43.3g 脂質 35.2g 塩分 7.8g	エネルギー 1503kcal 蛋白 55.2g 脂質 46.4g 塩分 6.1g	エネルギー 1485kcal 蛋白 45.2g 脂質 36.1g 塩分 6.7g
朝食 昼食 おやつ 夕食	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
	食パン イチゴジャム ナポリタン みかん缶 牛乳	食パン りんごジャム ほうれん草のソテー 白桃缶 牛乳	食パン マーガリン マカロニサラダ フルールポンチポンチ スコヤカ乳酸菌	食パン ピーナッツクリーム ポテトサラダ みかん缶・牛乳	食パン イチゴジャム スパゲティサラダ 黄桃缶 スコヤカ乳酸菌	食パン マーガリン 玉子サラダ 白桃缶 牛乳	ロールパン はちみつ ナポリタン みかん缶・スコヤカ乳酸菌
	米飯 田舎煮 もずく酢 味噌汁(揚げ)	米飯 コロッケと扇フライ (添え：キャベツ・人参) 春雨サラダ 味噌汁(厚揚げ)	ハヤシライス 大根サラダ ヨーグルト(オレンジソース)	赤飯 鯉の塩焼き (添え：大根おろし・甘酢生姜・レモン) 胡瓜の酢の物 赤だし(湯葉)	米飯 ハンバーグ (添え：ブロッコリー・人参) フレンチサラダ コンソメスープ(玉ねぎ・人参)	ふりかけご飯(半量) かやくうどん 揚げ茄子 手作りぶどうゼリー	米飯 豚肉とチンゲン菜のオイスター炒め ほうれん草の菊花和え 味噌汁(麴)
	まがりせんべい	カルシウムクッキー	ルヴァン・コーヒー	苺ケーキ・紅茶	雪の宿	白い風船	手作りピーチゼリー
	米飯 木の葉とじ がんもの煮物 味噌汁(わかめ)	米飯 鰯のみりん焼き (添え：オクラ・甘酢生姜) 冷奴 味噌汁(玉子)	米飯 ソイフリットの酢豚風 しろなのナムル 中華スープ(豆腐)	米飯 出汁蒸し玉子 オクラの土佐和え 味噌汁(わかめ)	米飯 ソイカツ南蛮 (添え：インゲン・人参) 菊菜の和え物 清汁(玉子)	米飯 厚揚げと彩り野菜のあんかけ いんげんのピーナッツ和え 味噌汁(玉子)	米飯 柳川風 金時豆 味噌汁(麴)
栄養価	エネルギー 1491kcal 蛋白 54.4g 脂質 45.0g 塩分 5.4g	エネルギー 1480kcal 蛋白 48.1g 脂質 42.2g 塩分 6.1g	エネルギー 1593kcal 蛋白 41.0g 脂質 56.5g 塩分 7.2g	エネルギー 1480kcal 蛋白 56.0g 脂質 45.7g 塩分 6.9g	エネルギー 1609kcal 蛋白 44.7g 脂質 48.6g 塩分 7.8g	エネルギー 1567kcal 蛋白 50.8g 脂質 56.2g 塩分 5.7g	エネルギー 1420kcal 蛋白 54.2g 脂質 29.8g 塩分 4.4g
朝食 昼食 おやつ 夕食	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)
	食パン イチゴジャム ナポリタン 黄桃缶 牛乳	食パン りんごジャム ポテトサラダ 白桃缶・牛乳 海の日	食パン マーガリン マカロニサラダ フルールポンチ スコヤカ乳酸菌	食パン ピーナッツクリーム 玉子サラダ 黄桃缶 牛乳	食パン イチゴジャム ほうれん草のソテー みかん缶 スコヤカ乳酸菌	食パン マーガリン ナポリタン 白桃缶・牛乳 快腸献立	ロールパン はちみつ 南瓜のサラダ 黄桃缶 スコヤカ乳酸菌
	米飯 豚肉のくわ焼き (添え：インゲン・ピーマン) キャベツの塩昆布和え 味噌汁(わかめ)	米飯 たらしスパゲティ(小鉢) コンソメスープ(ほうれん草・人参) みかんゼリー	米飯 白身魚の焼き南蛮漬け 玉子焼き 味噌汁(厚揚げ)	ふりかけご飯(半量) ちゃんぽん麺 エビ焼売 杏仁フルーツ	米飯 とり天 抹茶塩 冷奴 赤だし(麴・わかめ)	お豆たっぷりヘルシーカレー 夏のカラフル野菜サラダ フルーツヨーグルト 福神漬け	米飯 鯉フライとコロッケ (添え：ブロッコリー・人参) ほうれん草の白和え 味噌汁(玉子)
	はちみつドーナツ	ウエハース	抹茶饅頭	バームロール	手作りレモンゼリー	セサミクッキー	星たべよ(せんべい)
	米飯 マーボー豆腐 焼売 中華スープ(春雨)	米飯 ソイカツのおろしポン酢 (添え：ブロッコリー・人参) しろ菜のゆきび和え 味噌汁(麴)	米飯 豚肉の生姜焼き (添え：キャベツ・コーン) いんげんの青ドレ和え 味噌汁(玉子)	米飯 鰯の南部焼き (添え：インゲン・人参) 白菜のゆかり和え 味噌汁(豆腐)	米飯 五目厚焼き玉子 (添え：チンゲン菜・人参) 肉団子 味噌汁(揚げ)	米飯 ソイフリットのみぞれ煮 菊菜のポン酢和え 清汁(そうめん)	米飯 鶏肉のとろみ炒め いんげんの胡麻和え 味噌汁(わかめ)
栄養価	エネルギー 1512kcal 蛋白 57.9g 脂質 37.2g 塩分 6.1g	エネルギー 1480kcal 蛋白 52.1g 脂質 36.2g 塩分 8.0g	エネルギー 1430kcal 蛋白 49.5g 脂質 41.6g 塩分 5.2g	エネルギー 1440kcal 蛋白 51.6g 脂質 44.3g 塩分 7.3g	エネルギー 1479kcal 蛋白 45.9g 脂質 42.6g 塩分 5.6g	エネルギー 1701kcal 蛋白 57.4g 脂質 52.2g 塩分 7.4g	エネルギー 1533kcal 蛋白 48.9g 脂質 46.0g 塩分 6.0g
朝食 昼食 おやつ 夕食	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	
	食パン イチゴジャム スパゲティサラダ みかん缶・牛乳 土用の丑の日	食パン りんごジャム ポテトサラダ 白桃缶 牛乳	食パン マーガリン マカロニサラダ 黄桃缶 スコヤカ乳酸菌	食パン ピーナッツクリーム ほうれん草のソテー みかん缶 牛乳	食パン イチゴジャム 玉子サラダ 黄桃缶 スコヤカ乳酸菌	食パン マーガリン スパゲティサラダ ヨーグルト(オレンジソース) 牛乳	
	うなぎちらし寿司 チンゲン菜の湯葉和え 赤だし(麴・わかめ)	米飯 白身魚の和風マヨネーズ焼き (添え：菊菜・コーン) 竹輪の煮物 味噌汁(厚揚げ)	米飯 照り焼きハンバーグ (添え：インゲン・人参) 菊菜の煮浸し 味噌汁(豆腐)	米飯 鶏肉の唐揚げタルタルソース (添え：キャベツ・人参) 白菜の梅肉和え 味噌汁(揚げ)	ふりかけご飯(半量) 山菜そば がんもの煮物 手作りりんごゼリー	米飯 衣笠煮 キャベツの塩昆布和え 味噌汁(麴)	
	黒糖ドーナツ	手作りイチゴゼリー	鉄分ソフトクッキー・コーヒー	黒棒	バウムクーヘン・紅茶	ルヴァン(クラッカー)	
	米飯 他人煮 昆布豆 清汁(そうめん)	米飯 揚げ出し豆腐生姜あん オクラの土佐和え 味噌汁(わかめ)	快腸献立 コーンご飯 鰯のムニエルマトソース (添え：じゃが芋・ブロッコリー) ピーマンソテー・キャベツの味噌汁	米飯 和風オムレツきのこあん 昆布豆 清汁(そうめん)	米飯 厚揚げの炒め物 いんげんのピーナッツ和え 味噌汁(わかめ)	米飯 豚カツ (添え：ブロッコリー・人参) 冷奴 清汁(そうめん)	
栄養価	エネルギー 1574kcal 蛋白 61.2g 脂質 47.7g 塩分 7.0g	エネルギー 1577kcal 蛋白 53.0g 脂質 49.8g 塩分 5.2g	エネルギー 1475kcal 蛋白 44.5g 脂質 41.1g 塩分 7.7g	エネルギー 1530kcal 蛋白 61.1g 脂質 40.7g 塩分 5.9g	エネルギー 1478kcal 蛋白 44.4g 脂質 43.4g 塩分 5.9g	エネルギー 1562kcal 蛋白 51.3g 脂質 59.7g 塩分 6.0g	