

## 2026年《常食》献立予定表

	2月22日(日)	2月23日(月)	2月24日(火)	2月25日(水)	2月26日(木)	2月27日(金)	2月28日(土)
朝食	ねじりパン ジャム 牛乳 マカロニサラダ バナナ  エネルギー: 506kcal タンパク: 14.8g 塩分: 1.6g	食パン ジャム 牛乳 茹で卵 ゼリー  エネルギー: 521kcal タンパク: 20.3g 塩分: 2.0g	菓子パン 牛乳 チーズ スープ煮  エネルギー: 421kcal タンパク: 16.0g 塩分: 1.8g	ドックパン ジャム 牛乳 スクランブルエッグ バナナ  エネルギー: 489kcal タンパク: 15.4g 塩分: 1.4g	ねじりパン ジャム 牛乳 ホテトサラダ ゼリー  エネルギー: 560kcal タンパク: 13.7g 塩分: 1.9g	食パン ジャム 牛乳 チーズ バナナ  エネルギー: 492kcal タンパク: 18.4g 塩分: 1.6g	菓子パン 牛乳 茹で卵 野菜サラダ  エネルギー: 445kcal タンパク: 18.9g 塩分: 1.8g
昼食	御飯 サバの塩焼 炒め煮 おかか和え ぶりかけ  エネルギー: 691kcal タンパク: 33.0g 塩分: 2.8g	御飯 ポークカレー 福神漬 ヨーグルト和え  エネルギー: 811kcal タンパク: 20.2g 塩分: 3.0g	御飯 鶏肉の柚胡椒焼き 里芋とわかめの鳴門煮 スパゲッティサラダ  エネルギー: 773kcal タンパク: 26.6g 塩分: 2.6g	しそひじき御飯 ブリの照り焼 高野の田舎煮 豚汁  エネルギー: 694kcal タンパク: 29.7g 塩分: 3.2g	御飯 牛丼 ごま和え 味噌汁 フルーツポンチ  エネルギー: 702kcal タンパク: 27.4g 塩分: 2.9g	きつねうどん 鶏の塩焼き ごま酢和え 和菓子 (ご飯やお粥はつきません。)  エネルギー: 568kcal タンパク: 22.4g 塩分: 2.6g	御飯 肉団子の甘酢あんかけ おかか和え 春雨スープ ぶりかけ  エネルギー: 747kcal タンパク: 18.9g 塩分: 3.5g
夕食	御飯 豚肉のみそ炒め かぼちゃの煮つけ はるさめスープ 味付のり  エネルギー: 669kcal タンパク: 23.5g 塩分: 2.9g	御飯 若菜蒸し なたね和え けんちん汁  エネルギー: 623kcal タンパク: 28.0g 塩分: 3.0g	ちらし寿司 炊き合わせ 赤だし いちご  エネルギー: 702kcal タンパク: 26.7g 塩分: 4.3g	御飯 とんかつ なます 味噌汁 りんご  エネルギー: 537kcal タンパク: 28.7g 塩分: 4.3g	御飯 白身魚の香草焼き マカロニソテー コールスローサラダ チャウダー ぶりかけ  エネルギー: 708kcal タンパク: 32.7g 塩分: 4.5g	御飯 天麩羅 豆腐あんかけ わけぎの酢味噌和え ぶりかけ  エネルギー: 785kcal タンパク: 31.7g 塩分: 4.0g	御飯 幽庵焼き 筑前煮 しそ和え 煮豆  エネルギー: 741kcal タンパク: 25.8g 塩分: 3.2g

都合により献立が変更になる場合があります

### ☆今週の献立メモ☆

ちらし寿司：えびや錦糸卵を飾ったちらし寿司をお楽しみください。

しそひじき御飯：風味豊かな混ぜご飯をどうぞ。

天婦羅：キヌと海老の天ぷらの盛り合わせを天つゆと一緒にご賞味下さい。

### ☆栄養元気情報☆

“食事アンケート調査のお願い”

2月25日(水)、皆様により良い食事を提供させていただくため、アンケートを実施いたします。  
アンケート用紙は、当日の昼食時にトレーにのせてお配りします。

ご記入後、ナースステーション前の回収箱にお入れください(翌日午後2時頃に回収予定です)。  
お手数をおかけいたしますが、ご協力お願ひいたします。

No.1083

