



2026年2月通常献立表



※事業所によってはおやつの提供があります。
※病状によっては通常と異なる献立の場合があります。

01日(日)		02日(月)		03日(火)		04日(水)		05日(木)		06日(金)		07日(土)	
朝	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	オムレツ	厚揚げの甘辛煮	にしんの梅煮	がんもの煮物	ちくわの含め煮	炒り豆腐	だし巻卵	うずら豆	付) グリル野菜	ほうれん草の和え物	ほうれん草とかかの和え物	オクラのおかか和え	付) いんげん
	付) グリル野菜	ほうれん草の和え物	付) いんげん	キャベツの塩昆布和え	チングン菜のお浸し	ほうれん草とかかの和え物	しそ昆布	しそ昆布	小松菜の磯和え	大根の和風和え	しそ昆布	オクラのおかか和え	ふりかけ (たまご)
	小松菜の磯和え	ほうれん草の和え物	大根の和風和え	ふりかけ (しそ)	ふりかけ (かつお)	みそ汁 (玉葱・長葱)	みそ汁 (うずまき麩・長葱)	牛乳	たいみそ	みそ汁 (玉葱・ワカメ)	みそ汁 (うずまき麩・長葱)	みそ汁 (さつま芋・ワカメ)	牛乳
	たいみそ	みそ汁 (玉葱・ワカメ)	のり佃煮	みそ汁 (玉葱・小松菜)	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	みそ汁 (もやし・貝割)	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	みそ汁 (もやし・貝割)	牛乳	みそ汁 (豆腐・貝割)	牛乳									
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	肉豆腐	鶏肉の照り焼き	ひじきちらし寿司	メバルの煮付け	かつとじ	二色丼	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	あじの南蛮漬け
	じゃが芋のたらこ炒め	付) スナップエンドウ	なすの肉味噌かけ	付) オクラ・花人参	なすの炒め物								
	フルーツ缶 (キウイ)	キャベツのサラダ	菜の花のお浸し	ブロッコリーとほたての和え物	フルーツ缶 (マンゴー)	フルーツ (バナナ)							
	みそ汁 (しろな・おつゆ麩)	フルーツ缶 (マンゴー)	デザート	フルーツ (バナナ)	みそ汁 (玉葱・かぶ葉)	みそ汁 (玉葱・かぶ葉)	みそ汁 (玉葱・かぶ葉)	みそ汁 (玉葱・かぶ葉)	みそ汁 (さつま芋・かぶ葉)	みそ汁 (さつま芋・かぶ葉)	みそ汁 (さつま芋・かぶ葉)	みそ汁 (さつま芋・かぶ葉)	みそ汁 (大根・貝割)
	みそ汁 (煙菜・油揚げ)	みそ汁 (煙菜・油揚げ)	いわしのつみれ汁	みそ汁 (さつま芋・かぶ葉)	みそ汁 (大根・貝割)								
	みそ汁 (煙菜・油揚げ)	みそ汁 (煙菜・油揚げ)	いわしのつみれ汁	みそ汁 (さつま芋・かぶ葉)	みそ汁 (大根・貝割)								
夕	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	しいらのバジル焼き	豚肉の玉葱ソース炒め	鶏肉の辛子マヨネーズ焼き	鶏肉のケチャップ焼き	さわらの山椒焼き	ますのバター醤油焼き	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	豚肉とかぶのみそ鍋風
	付) いんげん	里芋の含め煮	付) ブロッコリー・トマト	付) ピーマン	付) スナップエンドウ	付) 小松菜	さつま揚げとイイゲンの炒め物						
	かぶのコンソメ煮	フルーツ (パイン)	チンゲン菜の炒め煮	白菜のミルク煮	鶏肉と大根の炒め煮	かぼちゃの煮物	フルーツ缶 (黄桃)	フルーツ (オレンジ)	フルーツ (りんご)	フルーツ (りんご)	フルーツ (りんご)	フルーツ (りんご)	フルーツ缶 (黄桃)
	ブロッコリーサラダ	きゅうりの酢の物	フルーツ缶 (みかん)	フルーツ缶 (黄桃)	人参サラダ	香の物 (しば漬け)	きゅうりの生姜醤油和え						
	フルーツ缶 (黄桃)	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき
	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき	きゅらぶき
エネルギー		1574kcal	エネルギー		1574kcal	エネルギー		1650kcal	エネルギー		1531kcal	エネルギー	
蛋白質		69.4 g	蛋白質		63.6 g	蛋白質		59.3 g	蛋白質		63.5 g	蛋白質	
脂質		34.2 g	脂質		36.7 g	脂質		45.3 g	脂質		31.5 g	脂質	
炭水化物		262.4 g	炭水化物		258.8 g	炭水化物		261.1 g	炭水化物		260.9 g	炭水化物	
食塩相当		7.2 g	食塩相当		6.6 g	食塩相当		7.8 g	食塩相当		7.2 g	食塩相当	
エネルギー		1571kcal	エネルギー		1610kcal	エネルギー		1571kcal	エネルギー		1589kcal	エネルギー	
蛋白質		64.1 g	蛋白質		64.3 g	蛋白質		64.3 g	蛋白質		67.4 g	蛋白質	
脂質		39.8 g	脂質		37.2 g	脂質		34.2 g	脂質		34.2 g	脂質	
炭水化物		258.6 g	炭水化物		257 g	炭水化物		264.8 g	炭水化物		257 g	炭水化物	
食塩相当		8.4 g	食塩相当		6.6 g	食塩相当		7.2 g	食塩相当		7.2 g	食塩相当	

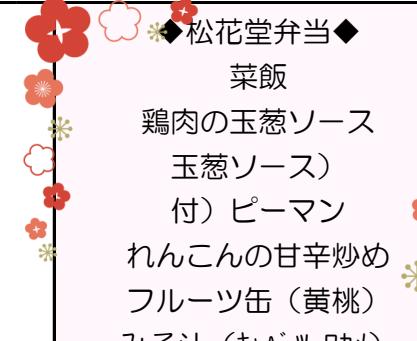


08日(日)		09日(月)		10日(火)		11日(水)		12日(木)		13日(金)		14日(土)	
朝	ご飯 野菜つみれの煮物 小松菜のごま和え 金山寺みそ みそ汁（豆腐・ねぎ） 牛乳	ご飯 納豆 しろなとちくわの炒め煮 たいみそ みそ汁（里芋・ワカメ） 牛乳	ご飯 ワインナーソテー 白菜のゆず醤油和え ふりかけ（たらこ） みそ汁（もやし・大根葉） 牛乳	ご飯 ふんわり寄せの煮物 キャベツの磯和え うめびしお みそ汁（小松菜・おつゆ麩） 牛乳	ご飯 がんもの含め煮 なすのポン酢和え ふりかけ（たまご） みそ汁（しろな・長葱） 牛乳	ご飯 スクランブルエッグ 畑菜のおかか和え しそ昆布 みそ汁（冬瓜・貝割） 牛乳	ご飯 厚揚げの含め煮 小松菜の錦糸和え ふりかけ（しそ） みそ汁（もやし・大根葉） 牛乳						
昼	ご飯 黄金かれいの照り煮 付）花麩・きぬさや きんぴらごぼう フルーツ缶（りんご） みそ汁（チンゲン菜・玉葱）	ご飯 鶏肉のタルタルソース焼き 付）ナポリタン ブロッコリーとハムのサラダ フルーツ（オレンジ） みそ汁（ほうれん草・えのき）	ご飯 マトウダイの梅肉焼き 付）オクラ・花人参 さつま芋と昆布の煮物 フルーツ（りんご） 具沢山汁	ご飯 チキンのカレーグリル 付）スナップエンドウ・トマト ポテトサラダ フルーツ缶（パイン） コンソメスープ (玉葱・かぶ葉)	ご飯 まぐろハンバーグ 付）テリヤキソース 付）ピーマン ほうれん草のごまよごし フルーツ（オレンジ） みそ汁（白菜・しめじ）	ご飯 麻婆豆腐 えび焼売 フルーツ缶（黄桃） 中華スープ (チンゲン菜・えのき)	ケチャップライス コロッケ盛り合わせ (カニクリーム・野菜) 付）スナップエンドウ カリフラワーのサラダ デザート コソリメスープ（ワカメ・マッシュルーム）						
夕	ご飯 ミートローフ デミソース 付）人参グラッセ・ポテト 冬瓜とえびのスープ煮 フルーツ（キウイ） ピクルス	ご飯 ほっけの生姜醤油焼き 付）いんげん ひじきの煮物 フルーツ缶（黄桃） 香の物（赤しその実漬け）	ご飯 おでん 畑菜とツナの和え物 フルーツ缶（マンゴー） 香の物（赤しその実漬け）	ご飯 さばのねぎ醤油焼き 付）大根おろし えびとチンゲン菜の炒め フルーツ（メロン） わかめ佃煮	ご飯 豚肉と野菜の塩麹炒め ちくわとかぶの煮物 フルーツ缶（マンゴー） 茶福豆	ご飯 白身魚の生姜煮 付）いんげん・花麩 切干大根の炒め煮 キャベツときゅうりの和風和え フルーツ（キウイ）	ご飯 牛肉の照り焼き 付）オクラ ごま豆乳煮 フルーツ（オレンジ） 香の物（桜だいこん）						
エネルギー		1592kcal	エネルギー		1529kcal	エネルギー		1567kcal	エネルギー		1530kcal	エネルギー	
蛋白質		64.2 g	蛋白質		65.1 g	蛋白質		62.2 g	蛋白質		62.9 g	蛋白質	
脂質		37.2 g	脂質		37.7 g	脂質		36.6 g	脂質		43.4 g	脂質	
炭水化物		261.9 g	炭水化物		244.8 g	炭水化物		258.5 g	炭水化物		237.3 g	炭水化物	
食塩相当		6.7 g	食塩相当		6.4 g	食塩相当		7.1 g	食塩相当		7.2 g	食塩相当	
エネルギー		1642kcal	エネルギー		1644kcal	エネルギー		1644kcal	エネルギー		1718kcal	エネルギー	
蛋白質		61.5 g	蛋白質		61.1 g	蛋白質		61.1 g	蛋白質		63 g	蛋白質	
脂質		43.3 g	脂質		49.4 g	脂質		49.4 g	脂質		52 g	脂質	
炭水化物		264.2 g	炭水化物		251.2 g	炭水化物		251.2 g	炭水化物		264 g	炭水化物	
食塩相当		7.4 g	食塩相当		6.8 g	食塩相当		8.5 g	食塩相当			食塩相当	



15日(日)		16日(月)		17日(火)		18日(水)		19日(木)		20日(金)		21日(土)	
朝	ご飯 厚焼き卵 付) 甘酢生姜 いんげんのピーナッツ和え のり佃煮 みそ汁 (さつま芋・しろな) 牛乳	ご飯 大根のそぼろ煮 ほうれん草の和え物 うめびしお みそ汁 (もやし・ワカメ) 牛乳	ご飯 ちくわの煮物 しろなごま醤油和え ふりかけ (かつお) みそ汁 (キャベツ・椎茸) 牛乳	ご飯 冬瓜と鶏肉の煮物 長芋とろろ 金山寺みそ みそ汁 (ほうれん草・えのき) 牛乳	ご飯 炒り豆腐 キャベツの磯和え ふりかけ (たまご) みそ汁 (大根・うずまき麩) 牛乳	ご飯 卵とじ 小松菜のお浸し たいみそ みそ汁 (もやし・ワカメ) 牛乳	ご飯 さつま揚げと里芋の煮物 チンゲン菜とツナの和え物 ふりかけ (しそ) みそ汁 (白菜・椎茸) 牛乳						
昼	かき揚げそば 和風ミートボール 付) アスパラ あさりとチンゲン菜のお浸し フルーツ缶 (ミックス)	ご飯 さわらの七味焼き 付) 煙菜 里芋の含め煮 フルーツ缶 (マンゴー) みそ汁 (冬瓜・かぶ葉)	ご飯 白身魚のねぎ塩焼き 付) スナップエンドウ 白菜の煮浸し フルーツ (みかん) お吸物 (うずまき麩・貝割)	ご飯 赤魚の煮付け 付) 小松菜・花人参 れんこん金平 フルーツ缶 (ミックス) みそ汁 (長葱・ワカメ)	ご飯 鶏肉のクリームソース煮 ミモザサラダ ゼリー コンソメスープ みそ汁 (玉葱・しろな)	ご飯 あじの漬け焼き 付) 煙菜 豆腐の土佐煮 フルーツ (パイン) みそ汁 (かぶ・かぶ葉)	ご飯 ビーフシチュー キャベツのサラダ ヨーグルトデザート ピクルス						
夕	ご飯 豚肉と野菜のみそ炒め 茄子の生姜あん フルーツ (メロン) きやらぶき	ご飯 牛すき煮 温泉卵 フルーツ (りんご) きゅうりの酢の物	ご飯 銀だらのゆず味噌焼き 付) いんげん かぶのくず煮 フルーツ缶 (黄桃) 昆布豆	ご飯 豚肉と厚揚げのオイスター炒め チンゲン菜とえびの旨煮 フルーツ (パイン) カリフラワーの和え物	ご飯 かれいの揚げ浸し 付) オクラ・人参 じゃが芋のカレー炒め フルーツ (りんご) 香の物 (赤しその実漬け)	ご飯 豚肉の生姜焼き 付) スナップエンドウ 冬瓜の信田煮 パンプキンサラダ フルーツ缶 (白桃)	ご飯 さばの山椒煮 付) いんげん 大根のさっぱり炒め しろなのお浸し フルーツ (オレンジ)						
エネルギー		1661kcal	エネルギー		1578kcal	エネルギー		1520kcal	エネルギー		1572kcal	エネルギー	
蛋白質		65.3 g	蛋白質		73.3 g	蛋白質		60.3 g	蛋白質		68.4 g	蛋白質	
脂質		38.1 g	脂質		34.1 g	脂質		37.2 g	脂質		33.5 g	脂質	
炭水化物		272.9 g	炭水化物		258.7 g	炭水化物		247.7 g	炭水化物		259.4 g	炭水化物	
食塩相当		7.6 g	食塩相当		7.9 g	食塩相当		6.4 g	食塩相当		6.9 g	食塩相当	
エネルギー		1644kcal	エネルギー		1581kcal	エネルギー		1592kcal	エネルギー		1644kcal	エネルギー	
蛋白質		69.7 g	蛋白質		64.6 g	蛋白質		64.5 g	蛋白質		69.7 g	蛋白質	
脂質		41.7 g	脂質		43.4 g	脂質		36.5 g	脂質		41.7 g	脂質	
炭水化物		258.2 g	炭水化物		251.7 g	炭水化物		265.4 g	炭水化物		258.2 g	炭水化物	
食塩相当		7.1 g	食塩相当		7.2 g	食塩相当		7.1 g	食塩相当		7.1 g	食塩相当	



22日(日)		23日(月)		24日(火)		25日(水)		26日(木)		27日(金)		28日(土)	
朝	ご飯 だし巻卵 付) 甘酢生姜 オクラのなめたけ和え うめびしお みそ汁 (玉葱・ねぎ) 牛乳	ご飯 納豆 しろなとちくわの煮浸し しそ昆布 みそ汁 (冬瓜・貝割) 牛乳	ご飯 野菜つみれの煮物 南瓜のごま和え ふりかけ (かつお) みそ汁 (畑菜・おつゆ麩) 牛乳	ご飯 がんもと大根の煮物 ほうれん草のおかか和え 金山寺みそ みそ汁 (さつま芋・ワカメ) 牛乳	ご飯 ミートボール 付) 小松菜 カリフラワーサラダ ふりかけ (しそ) みそ汁 (玉葱・かぶ葉) 牛乳	ご飯 オムレツ 付) ブロッコリー カリフラワーサラダ ふりかけ (しそ) みそ汁 (長葱・油揚げ) 牛乳	ご飯 里芋のそぼろ煮 オクラのお浸し ふりかけ (たまご) みそ汁 (もやし・かぶ葉) 牛乳						
昼	ご飯 豚肉のマスタード焼き 付) ブロッコリー きんぴらごぼう フルーツ缶 (黄桃) みそ汁 (小松菜・おつゆ麩)	ご飯 豚肉と野菜の甘辛炒め 二色和え フルーツ缶 (りんご) みそ汁 (さつま芋・えのき)	 スパゲティミートソース サラダ ピーチムース コンソメスープ	ご飯 ハンバーグのチーズソース 付) ブロッコリー バジルパスタ フルーツ缶 (マンゴー) コンソメスープ (冬瓜・しろな)	炒飯 えびと厚揚げのオイスター炒め 杏仁フルーツ 中華スープ (チンゲン菜・春雨)	 松花堂弁当◆ 菜飯 鶏肉の玉葱ソース 玉葱ソース) 付) ピーマン れんこんの甘辛炒め フルーツ缶 (黄桃) みそ汁 (キャベツ・ワカメ)	ご飯 あじの香味焼き 付) 白菜ゆかり和え 卯の花 フルーツ缶 (キウイ) みそ汁 (小松菜・えのき)						
夕	ご飯 揚げ鶏の甘酢あんかけ 甘酢あん) ビーフン炒め ほうれん草とかにかの和え物 フルーツ (バナナ)	ご飯 ますのチャンチャン焼き 鶏肉と大根の煮物 フルーツ (キウイ) 香の物 (しば漬け)	ご飯 豚肉の葱塩炒め かぶとえびの含め煮 フルーツ缶 (みかん) きゅうりの生姜醤油和え	ご飯 チキンカツ 付) キャベツ・トマト ソース) さつま揚げとイケンの炒め物 フルーツ (りんご) 浅漬け (白菜)	ご飯 たらの照り煮 付) 花麩・オクラ なすの肉味噌かけ 畑菜のわさび和え フルーツ (オレンジ)	ご飯 白身魚のみそマヨネーズ焼き 付) しろな かぼちゃの煮物 フルーツ (パイン) 香の物 (青しその実漬け)	ご飯 豚肉のゆず醤油炒め チャプチエ フルーツ缶 (りんご) きゅうりの塩昆布和え						
エネルギー		1721kcal	エネルギー		1630kcal	エネルギー		1636kcal	エネルギー		1674kcal	エネルギー	
蛋白質		64.6 g	蛋白質		73.3 g	蛋白質		66.3 g	蛋白質		54.9 g	蛋白質	
脂質		47.4 g	脂質		42 g	脂質		38.1 g	脂質		44.9 g	脂質	
炭水化物		269.6 g	炭水化物		253.2 g	炭水化物		268.2 g	炭水化物		274.2 g	炭水化物	
食塩相当		7.2 g	食塩相当		6.4 g	食塩相当		6.5 g	食塩相当		7.4 g	食塩相当	
エネルギー		1545kcal	エネルギー		1615kcal	エネルギー		1585kcal	エネルギー		1585kcal	エネルギー	

