

献立表

現場 : 現場001

献立種類 : 癒しの里南千住(通常/A/B)

年月日 : 2026年2月1日(日) ~ 2026年2月28日(土)



SHIP HEALTHCARE FOOD

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
朝食	パン チーズオムレツ 玉葱ソース ポテトサラダ ヤクルト スープ	ご飯 豚肉と冬瓜の旨煮 茄子の浸し ミルミル 味噌汁	ご飯 青菜とツナ炒め もやしのサラダ ジョア(いちご) 味噌汁	ご飯 がんもと野菜の煮物 スナップエンドウの和え物 ヨーグルト 味噌汁 Caふりかけ	ご飯 鶏肉と白菜のソテー ¹ ごまだれサラダ ヤクルト 味噌汁	ご飯 納豆 里芋のそぼろあんかけ ジョア(プレーン) 味噌汁	ご飯 野菜とウインナーのソテー ¹ カニカマサラダ ヨーグルト 味噌汁
	ご飯 麻婆白菜 中華サラダ スープ 黄桃	ご飯 カレイの生姜煮 春菊のピーナツ和え 味噌汁 マンゴー	＊＊＊節分＊＊＊ 恵方巻き★ 筑前煮 つみれ汁 みかん	ご飯 赤魚の漬け焼き ブロッコリーのマヨ和え 清汁 マンゴー	ご飯 ハヤシライス キャベツとハムのサラダ スープ 白桃	ご飯 豚肉のねぎ塩炒め カリフラワー生姜和え 味噌汁 フルーツカクテル	ご飯 肉団子甘酢あんかけ スナップエンドウのおかか和え 味噌汁 黄桃
	＊＊＊初午の日＊＊＊ ご飯 鶏肉の照り焼き しもつかれ ゆず香和え 味噌汁	ご飯 豚肉のマスターD焼き うの花 かぶの梅和え 清汁	ご飯 豆腐ハンバーグ和風あんかけ 山菜煮 白菜の胡麻和え 味噌汁	ご飯 豚肉の玉葱ソース 金平ごぼう さつま芋くるみ和え 味噌汁	ご飯 白身魚の酒蒸し 柚子あんかけ 絹厚揚げ生姜醤油 青菜とあさりの和え物 味噌汁	ご飯 鶏肉の山椒焼き かぶの葛煮 オクラなめ茸和え 清汁	ご飯 鰯のみりん漬け焼き せんまいの炒め煮 白和え 清汁
	エネルギー 1321 kcal 蛋白質 51.3 g 脂質 30.7 g 食塩 7.5 g 水分 868.8 g	エネルギー 1414 kcal 蛋白質 51.5 g 脂質 33.9 g 食塩 6.5 g 水分 882.4 g	エネルギー 1429 kcal 蛋白質 51.0 g 脂質 23.9 g 食塩 8.8 g 水分 929.1 g	エネルギー 1379 kcal 蛋白質 49.7 g 脂質 33.9 g 食塩 7.1 g 水分 821.0 g	エネルギー 1260 kcal 蛋白質 49.5 g 脂質 29.7 g 食塩 7.3 g 水分 1011.3 g	エネルギー 1286 kcal 蛋白質 54.5 g 脂質 23.5 g 食塩 7.1 g 水分 808.9 g	エネルギー 1298 kcal 蛋白質 46.4 g 脂質 28.8 g 食塩 7.5 g 水分 715.8 g

献立表

現場 : 現場001

献立種類 : 癒しの里南千住(通常/A/B)

年月日 : 2026年2月1日(日) ~ 2026年2月28日(土)



SHIP HEALTHCARE FOOD

日	月	火	水	木	金	土	
朝食	8	9	10	11	12	13	14
朝食	パン	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	オムレツ 玉葱ソース	豚肉と冬瓜の旨煮	切り干し大根煮	ボイルワインナー	肉団子煮	納豆	つくね煮
	スパゲティサラダ	茄子の浸し	もやしとツナサラダ	ブロッコリーの和え物	ゆず香和え	高野豆腐の含め煮	もやしのごま浸し
	ヤクルト	ミルミル	ジョア(いちご)	ヨーグルト	ヤクルト	ジョア(プレーン)	ヨーグルト
	コンソメスープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
昼食	~事八日~	ご飯	塩ラーメン	ご飯	ご飯	ご飯	☆炊き込みご飯★
	ご飯	鶏のさっぱり煮	餃子	鯖の味噌煮	鶏肉の青のりパン粉焼き	回鍋肉	タラの竜田揚げ
	豚肉の生姜焼き	オクラ梅かつお和え	マンゴー	白菜ドレッシング和え	青菜とエビのサラダ	かぶのしその実和え	春雨の酢の物
	かぶの和風サラダ	味噌汁		清汁	赤だし汁	スープ	味噌汁
	*御事汁	バナナ		白桃	フルーツカクテル	りんご	黄桃
	みかん						
夕食	ご飯						
	赤魚の煮付け	白身魚の香味焼き	鶏すき風	豚肉の塩麹炒め	木キの葱だれ	親子煮	五目豆腐
	さつまいもレモン煮	がんもと筍の煮物	ピーマンとハム炒め	蓮根の金平	車麩の煮物	南瓜の煮物	半片の含め煮
	チンゲン菜の磯和え	カリフラワー明太マヨ和え	長いも二杯酢	いんげんのしらす和え	もやしのナムル	カニカマのマヨ和え	さつま芋のピーナツ和え
	清汁	清汁	味噌汁	味噌汁	清汁	味噌汁	清汁
	エネルギー 1265 kcal 蛋白質 43.9 g	エネルギー 1254 kcal 蛋白質 52.1 g	エネルギー 1301 kcal 蛋白質 52.6 g	エネルギー 1432 kcal 蛋白質 57.0 g	エネルギー 1191 kcal 蛋白質 48.6 g	エネルギー 1354 kcal 蛋白質 56.7 g	エネルギー 1333 kcal 蛋白質 52.1 g
	脂質 29.7 g 食塩 6.4 g	脂質 23.7 g 食塩 7.2 g	脂質 26.1 g 食塩 8.3 g	脂質 39.1 g 食塩 7.3 g	脂質 18.1 g 食塩 7.3 g	脂質 33.3 g 食塩 7.2 g	脂質 26.0 g 食塩 7.5 g
	水分 848.9 g	水分 954.7 g	水分 730.9 g	水分 799.9 g	水分 783.5 g	水分 1008.4 g	水分 840.3 g

〈献立表〉

現場 : 現場001

献立種類 : 癒しの里南千住(通常/A/B)

年月日 : 2026年2月1日(日) ~ 2026年2月28日(土)



SHIP HEALTHCARE FOOD

日	月	火	水	木	金	土
	15	16	17	18	19	20
朝食	パン	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	卵とほうれん草炒め	お麸の煮物	野菜炒め	肉詰めいなり	ミートボール和風あん	納豆
	マカロニサラダ	大根さっぱり和え	菜の花のお浸し	カリフラワーの磯和え	キャベツの中華和え	鶏肉と野菜の旨煮
	ヤクルト	ミルミル	ジョア(いちご)	ヨーグルト	ヤクルト	ジョア(プレーン)
	コーンスープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
昼食	味噌汁		ふりかけ			
	ご飯	ご飯	トマトソーススパゲティ	ご飯	パン(ジャム無し)	ご飯
	鶏肉と里芋の旨煮	豚肉のくわ焼き	フレンチサラダ	柳川風	鶏肉ときのこのクリーム煮	豚肉のケチャップ炒め
	キャベツの塩昆布和え	オクラぽん酢和え	スープ	白菜の梅和え	野菜のマリネ	茄子としらすの和え物
	味噌汁	清汁	白桃	味噌汁	スープ	味噌汁
夕食	マンゴー	みかん		バナナ	フルーツカクテル	みかん
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	鰯の柚子味噌焼き	赤魚の塩麹焼き	鶏肉の治部煮	鰯の幽庵焼き	たらの中華蒸し	五目卵焼き
	じゃがいも土佐煮	大豆とひじきの煮物	エビのバター醤油炒め	ふきとさつま揚げの炒め煮	シュウマイ	魚河岸揚げ煮
	胡麻ドレ和え	もやしの和え物	キャベツのゆかり和え	かぶの和風サラダ	ほうれん草のくるみ和え	オクラのお浸し
夜食	清汁	味噌汁	清汁	清汁	清汁	味噌汁
	エネルギー - 1437 kcal	蛋白質 55.1 g	エネルギー - 1201 kcal	蛋白質 47.8 g	エネルギー - 1236 kcal	蛋白質 49.7 g
	脂質 32.1 g	食塩 8.1 g	脂質 21.4 g	食塩 7.0 g	脂質 19.3 g	食塩 8.5 g
水分	877.3 g		水分 853.0 g		水分 1005.5 g	
					水分 931.3 g	
水分					水分 1009.4 g	
						水分 930.0 g
水分						水分 857.1 g

献立表

現場 : 現場001

献立種類 : 癒しの里南千住(通常/A/B)

年月日 : 2026年2月1日(日) ~ 2026年2月28日(土)



SHIP HEALTHCARE FOOD

	日	月	火	水	木	金	土
	22	23	24	25	26	27	28
朝食	パン スクランブルエッグ ビーンズサラダ ヤクルト コンソメスープ	ご飯 半片と野菜の煮物 オクラの海苔和え ミルミル 味噌汁	ご飯 さつま揚げの炒め煮 茄子の浸し ジョア(いちご) 味噌汁	ご飯 目玉焼き かにかま和え ヨーグルト 味噌汁	ご飯 ジャーマンポテト カリフラワーとえびのサラダ ヤクルト 味噌汁	ご飯 納豆 ツナと冬瓜の煮物 ジョア(プレーン) 味噌汁	ご飯 炒り豆腐 ブロッコリーの和え物 ヨーグルト 味噌汁
	ご飯 麻婆茄子 ザーサイ和え 中華スープ マンゴー	ご飯 鰯の蒲焼き アスパラのピーナツ和え 清汁 白桃	[共通料理] ご飯 青菜の生姜和え 味噌汁 みかん [A] 白身魚の和風ムニエル [B] おろしハンバーグ	ご飯 鶏肉の塩麹焼き 酢味噌和え 清汁 黄桃	肉うどん きのこのおろし和え フルーツカクテル	ご飯 豚肉のオイスターソース炒め じゃこ和え 味噌汁 マンゴー	ご飯 カツカレー 漬物 マカロニサラダ スープ 白桃
	ご飯 豚肉の葉味だれ 冬瓜の白だし煮 カリフラワーの柚子和え 清汁	ご飯 豆腐のきのこあんかけ 筍の土佐煮 春雨和え 味噌汁	ご飯 海鮮炒め 餃子 大根のしその実和え 清汁	ご飯 タラの甘酢あん 刻み昆布とさつま芋の炒め煮 キャベツの辛子醤油和え 味噌汁	ご飯 鰯の塩焼き ひじき煮 青菜の磯和え 味噌汁	ご飯 鶏肉のムニエル・バター醤油 ビーフンソテー 胡瓜のごま和え 清汁	ご飯 赤魚のおろし煮 せんまい炒り煮 キャベツのお浸し 味噌汁
	エネルギー 1229 kcal 蛋白質 38.4 g 脂質 38.7 g 食塩 7.2 g 水分 834.7 g	エネルギー 1278 kcal 蛋白質 51.6 g 脂質 23.2 g 食塩 7.4 g 水分 909.2 g	[A] エネルギー 1223 kcal 蛋白質 43.5 g 脂質 16.2 g 食塩 7.3 g 水分 879.4 g	エネルギー 1204 kcal 蛋白質 51.2 g 脂質 16.2 g 食塩 6.9 g 水分 813.3 g	[B] エネルギー 1300 kcal 蛋白質 42.4 g 脂質 22.9 g 食塩 7.7 g 水分 854.3 g	エネルギー 1267 kcal 蛋白質 46.1 g 脂質 25.1 g 食塩 6.6 g 水分 825.8 g	エネルギー 1327 kcal 蛋白質 52.9 g 脂質 29.0 g 食塩 6.9 g 水分 857.3 g