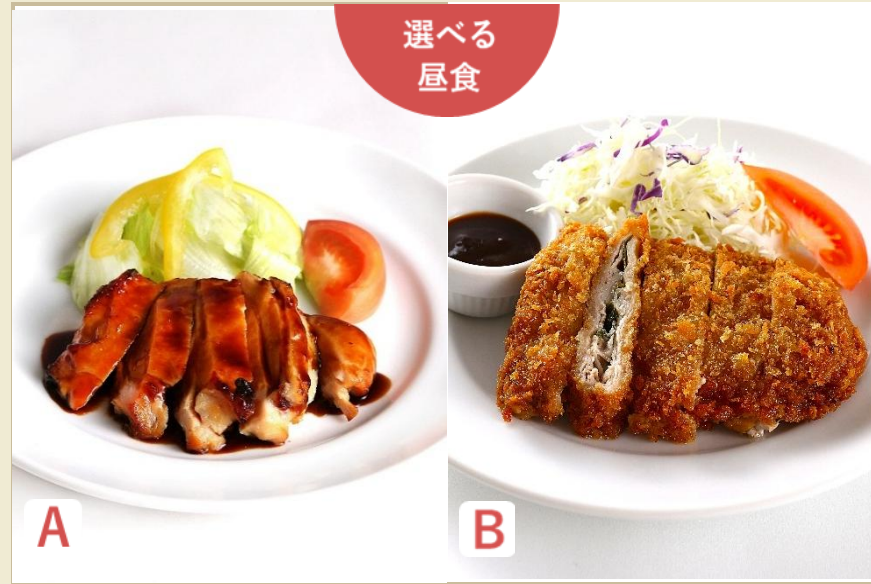
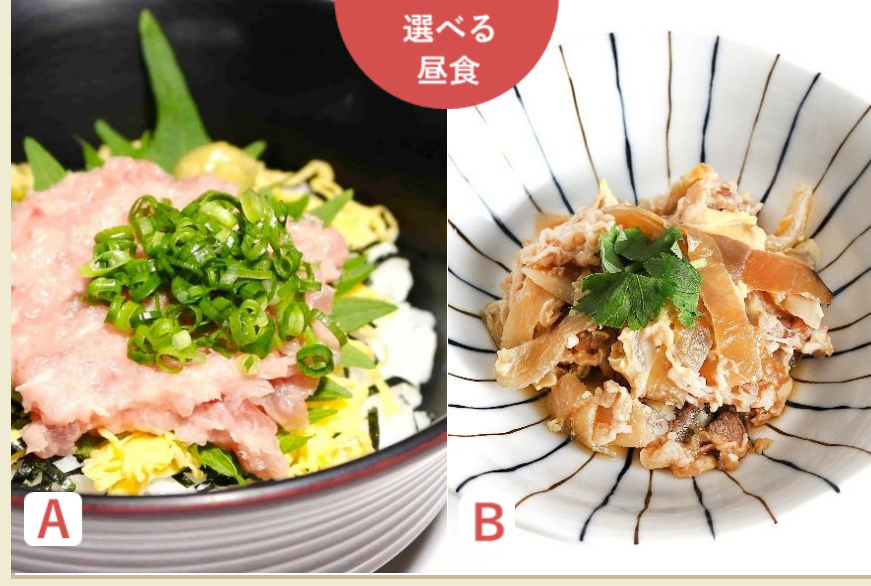


1
(月)
MON



和朝食	白身魚の西京焼き ●ほうれん草洋風和え●タラモサラダ●納豆	洋朝食	マトウダイのバター焼き ●ほうれん草洋風和え●タラモサラダ●食パン●ポタージュ
昼食	A 鶏ももの照り焼き ●かぶの梅和え ●高菜漬 ●ご飯 ●味噌汁	B 和風ミルフィーユカツ	デザート 最中
夕食	いわしのみぞれ煮 ●れんこんと昆布の煮物 ●マンゴー ●赤飯 ●味噌汁		
エネルギー：1,582kcal たんぱく質：65.3g 脂質：37.0g 食塩相当量：7.0g			

2
(火)
TUE



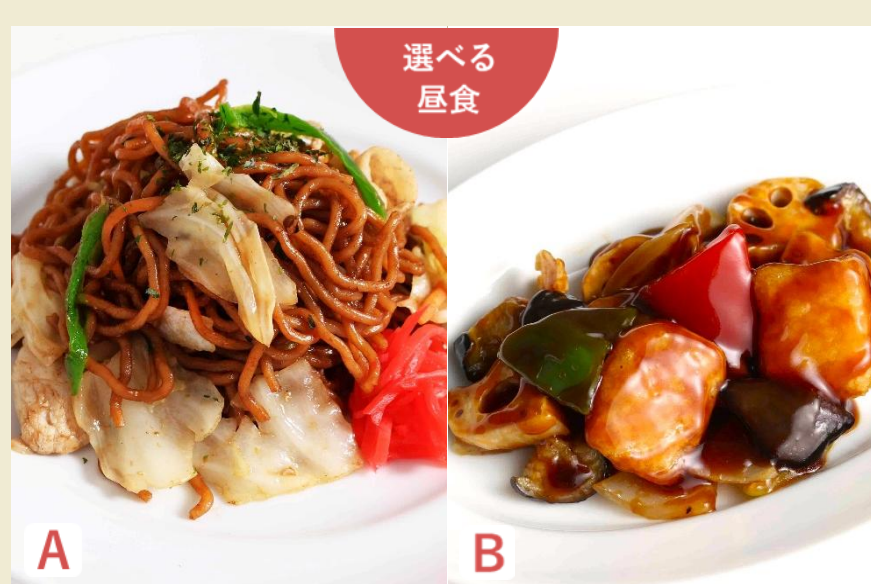
和朝食	スペイン風オムレツ ●金平ごぼう ●ヨーグルト	洋朝食	スペイン風オムレツ ●ごぼうサラダ ●ヨーグルト ●食パン ●スープ
昼食	A ねぎとろ丼 ●大根と鶏の煮物 ●さつま芋のレモン煮 B ご飯 ●味噌汁	B 牛肉とごぼうの柳川風	デザート 抹茶大納言パウンドケーキ
夕食	豚の生姜焼き ●白胡麻豆腐 ●パイナップル ●ご飯 ●味噌汁		
エネルギー：1,591kcal たんぱく質：52.4g 脂質：36.3g 食塩相当量：8.5g			

3
(水)
WED



和朝食	豆腐のそぼろあん ●カリフラワー酢の物 ●ふりかけ	洋朝食	ミートボール ●カリフラワー酢の物 ●みかん缶 ●食パン ●ポタージュ
昼食	A 牛肉野菜炒め ●汲み上げ湯葉 ●ほうれん草のおかか ●ご飯 ●味噌汁	B 銀ひらすの照り焼き	デザート 黒ごまプリン
夕食	あじの洋風竜田揚げトマトソース ●マカロニサラダ ●メロン ●とうもろこし ●ご飯 ●スープ		
エネルギー：1,639kcal たんぱく質：54.4g 脂質：49.2g 食塩相当量：7.7g			

4
(木)
THU



和朝食	ねぎ入り玉子焼き ●オクラの胡麻和え ●梅干 ●ヨーグルト	洋朝食	根菜トマトスープ ●かぼちゃサラダ ●ヨーグルト ●クロワッサン
昼食	A 焼きそば ●餃子 ●もやしナムル B ご飯 ●スープ	B 白身魚と野菜の甘酢あん	デザート はちみつレモンパウンドケーキ
夕食	鯖の味噌煮 ●海老ときゅうりの辛子酢味噌 ●冷奴 ●ご飯 ●吸い物		
エネルギー：1,538kcal たんぱく質：54.4g 脂質：46.8g 食塩相当量：9.9g			

5
(金)
FRI



和朝食	ハーブチキン ●ほうれん草洋風和え ●さつま芋甘露煮 ●いりこみそ	洋朝食	ハーブチキン ●ほうれん草洋風和え ●さつま芋甘露煮 ●洋梨缶 ●食パン ●ポタージュ
昼食	ロコモコ丼 ●ロミロミサーモン ●ガーリックシュリンプ ●ジャーマンポテト ●ビーンズスープ ●アサイーヨーグルト		
夕食	金目鯛の煮付け ●揚げなすの田楽 ●ブロッコリーの白和え ●ご飯 ●味噌汁		
エネルギー：1,581kcal たんぱく質：64.0g 脂質：36.5g 食塩相当量：8.0g			

6
(土)
SAT



和朝食	スクランブルエッグ ●ウインナー ●味海苔	洋朝食	スクランブルエッグ ●ウインナー ●ポテトサラダ ●食パン ●スープ
昼食	A チキン南蛮 ●いんげんの生姜和え ●つば漬 ●ご飯 ●味噌汁	B 沖目鯛の山椒焼き	デザート デザートムース (りんご)
夕食	刺身盛り合わせ ●擬製豆腐 ●オレンジ ●ご飯 ●味噌汁		
エネルギー：1,569kcal たんぱく質：55.9g 脂質：44.5g 食塩相当量：7.2g			

7
(日)
SUN



和朝食	いわしの蒲焼き ●人参しりしり ●うぐいす豆 ●ヨーグルト	洋朝食	サンドイッチ ●チキンフリット ●マカロニサラダ ●ヨーグルト ●スープ
昼食	A 麻婆豆腐 ●海老シューマイ ●さつま芋とブロッコリーの和え物 A ご飯 ●スープ	B 冷やし中華	デザート カスタードケーキ
夕食	鮭の西京焼き ●ひじきの煮物 ●黄桃缶 ●ご飯 ●吸い物		
エネルギー：1,656kcal たんぱく質：54.0g 脂質：45.9g 食塩相当量：7.4g			



御献立表

OKONDATE

2026
6月
1日~7日

キッチンからのお知らせ Kitchen Information

5日
(金)

昼食

音楽で巡る世界紀行♪

ハワイ



ハワイは米国最南端の州で、多くの観光客が訪れる世界でも有数のリゾート地として知られています。そんなハワイ料理を音楽と共に楽しみ下さい♪

● ロコモコ丼

ハンバーグと目玉焼きをご飯にのせた、ハワイで親しまれている定番の丼料理です。

● ロミロミサーモン

「ロミロミ」とは「揉む」という意味で、サーモンと野菜を和えた、さっぱりとした味わいのサラダです。

● ガーリックシュリンプ

海老のプリッとした食感と香ばしいにんにくの香りが食欲をそそる、ハワイの名物料理です。

● ジャーマンポテト

● ビーンズスープ

ポルトガル系の移民が伝えたスープが、今日では「ハワイの味」になりました。

● アサイーヨーグルト

南米原産のヤシ科の果物であるアサイーは抗酸化作用が高くハワイでも人気の美容食材です。

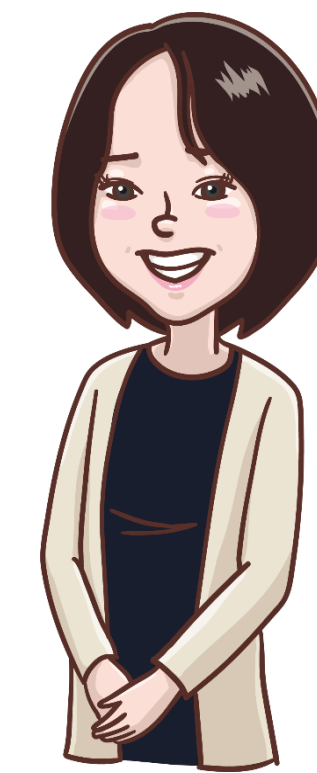
改良メニュー Renewal Menu

7日
(日)

昼食

麻婆豆腐

開発担当者のこだわり



担当 松永



「辛くない本格的な麻婆ソース」を目指し、メーカーと1年以上かけて開発！

熟成された豆板醤を使用することで、深いコクと旨味、香りを持たせ、辛さを抑えつつも本格的な味に。豆板醤は中国四川省成都市郫県（ピーシェン）で作られる、3年以上熟成させた最高級の豆板醤です。最後に「花椒（ホアジャオ）」を加え、香りのよい一品に仕上げました。

※都合により献立を変更する場合があります。写真はイメージです。また、食器はホームによって異なる場合があります。
※和朝食のご飯と汁物は省略しております。 ※栄養価は和朝食・セレクトAを召し上がった場合の1日分合計値です。
※朝食のドリンクは月・水・金曜日は牛乳、火・日曜日はりんごジュース、木曜日はオレンジジュース、土曜日は野菜ジュースを提供いたします。
※衛生管理上、7月～9月、12月～2月の期間の刺身の提供を控えさせていただきます。
※当社WEBサイトの「お知らせ」欄に、毎月15日頃、次月の献立表を掲載しております。 ※当社のご飯は国産産品を使用しています。

8

(月) MON

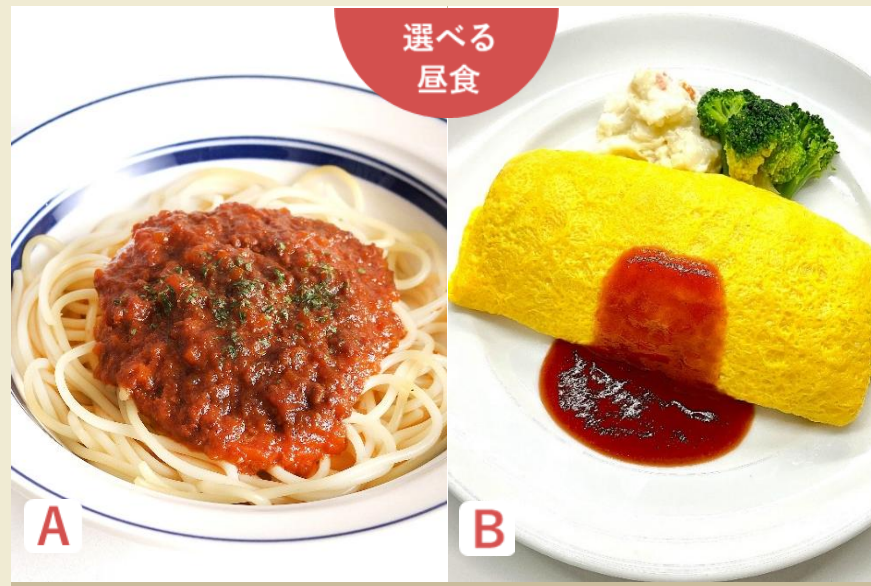


和朝食	つくねの照り焼き ●納豆	洋朝食	つくねの照り焼き ●タラモサラダ●食パン●ポターージュ
昼食	A アジフライとコロッケ ●もやしとハムのお浸し ●金山寺みそ ●ご飯 ●味噌汁	B 肉じゃが	デザート なめらかわらび
夕食	豚角煮 ●湯葉の酢の物 ●味付とろろ ●麦ご飯 ●味噌汁		

エネルギー：1,584kcal たんぱく質：53.2g 脂質：39.7g 食塩相当量：8.4g

9

(火) TUE

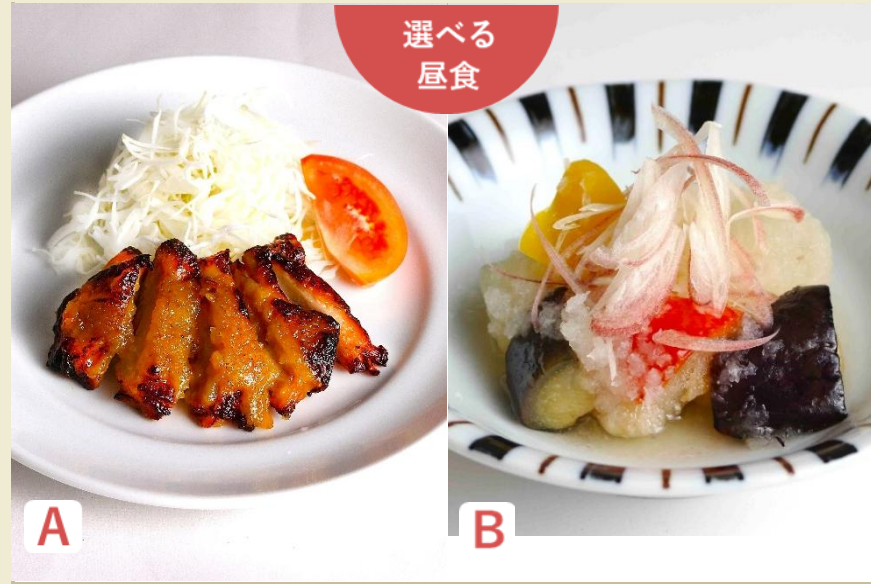


和朝食	タラの粕漬焼き ●キャベツとウインナーの炒め煮 ●かぼちゃサラダ ●ヨーグルト	洋朝食	タラのクリーム煮 ●食パン ●スープ ●キャベツとウインナーの炒め煮 ●かぼちゃサラダ ●ヨーグルト
昼食	A ミートソーススパゲティ ●ごぼうサラダ ●マンゴー ●スープ	B たいめいけんオムライス	デザート プリン
夕食	太刀魚の塩レモン焼き ●卵の花 ●なす利休煮 ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー：1,534kcal たんぱく質：54.0g 脂質：45.6g 食塩相当量：7.1g

10

(水) WED



和朝食	オムレツ ●ポテトサラダ ●ふりかけ	洋朝食	オムレツ ●ポテトサラダ ●みかん缶 ●食パン ●ポターージュ
昼食	A 鶏もも肉の味噌焼き ●にしん甘酢漬 ●なら漬 ●ご飯 (A 吸い物) (B 味噌汁)	B 白身魚と夏野菜のおろし煮	デザート 宇治抹茶のロールケーキ
夕食	巻き寿司 ●豚と大根の旨煮 ●さつま芋の甘煮 ●味噌汁		

エネルギー：1,573kcal たんぱく質：53.7g 脂質：41.9g 食塩相当量：9.7g

11

(木) THU



和朝食	銀ヒラスの照り焼き ●オクラの胡麻和え ●梅干 ●ヨーグルト	洋朝食	ポトフ ●根菜と大豆のトマト煮 ●ヨーグルト ●クロワッサン
昼食	A 海老チリ ●豆腐干の中華あん ●れんこんとブロッコリーの和え物 (A ご飯・スープ) (B 味噌汁)	B 牛丼	デザート 黒みつゼリー
夕食	豚ロースの塩こうじ焼き ●そら豆としめじ炒め ●バナナ ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー：1,606kcal たんぱく質：54.0g 脂質：38.3g 食塩相当量：7.7g

12

(金) FRI



和朝食	玉子焼き ●ごぼうサラダ ●えびみそ	洋朝食	ハムチーズピカタ ●ごぼうサラダ ●洋梨缶 ●食パン ●スープ
昼食	A 舌平目のムニエル バター醤油ソース ●かぼちゃサラダ ●アーモンドと緑野菜のジュース ●パン2種 ●スープ	B そんぼのチーズハンバーグ	デザート クッキー
夕食	じゃが芋と鶏の煮物 ●揚げなすの南蛮漬 ●昆布巻 ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー：1,604kcal たんぱく質：53.3g 脂質：52.4g 食塩相当量：7.8g

13

(土) SAT



和朝食	豆腐ローフ ●さつま芋甘露煮 ●味海苔	洋朝食	豆腐ローフ ●さつま芋甘露煮 ●トマトパスタ ●食パン ●ポターージュ
昼食	A ちゃんぽん ●シューマイ ●ほうれん草ナムル (B ご飯・スープ)	B 牛肉と野菜のオイスター炒め	デザート バームクーヘン
夕食	刺身盛り合わせ ●長芋の肉味噌がけ ●オレンジ ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー：1,609kcal たんぱく質：61.1g 脂質：44.1g 食塩相当量：9.2g

14

(日) SUN



和朝食	あじのみりん焼き ●人参しりしり ●うぐいす豆 ●ヨーグルト	洋朝食	サンドイッチ ●チキンフリット ●マカロニサラダ ●ヨーグルト ●スープ
昼食	A 100時間カレー ●サラダ ●いんげんのバターソテー (B ご飯) ●スープ	B チキンソテー ディアボラ風	デザート ふんわりシフォンケーキ
夕食	メバルの煮付け ●金平ポテト ●パイン缶 ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー：1,590kcal たんぱく質：54.0g 脂質：35.1g 食塩相当量：9.1g



御献立表

OKONDATE

2026
6月
8日~14日

キッチンからのお知らせ Kitchen Information

季節メニュー Seasonal Menu

9日 (火) 夕食 太刀魚の塩レモン焼き

太刀魚は夏から秋にかけて旬をむかえます。レモン汁に漬け込んでから塩焼きにして、爽やかに仕上げました。



おすすめデザート Recommended Dessert

10日 (水) デザート 宇治抹茶のロールケーキ

たっぷりの抹茶クリームを、抹茶風味のしっとりやわらかいスポンジ生地で巻き上げた、ほんのりと苦み味わいのロールケーキです。



手作りジュース Homemade Juice

12日 (金) 昼食 アーモンドと緑野菜のジュース

1杯で野菜45g相当。1日に必要とされるビタミンE目安量の半分以上を摂取でき、体に有害な活性酸素から細胞を守る働きがあります。



おすすめメニュー Recommended Menu

14日 (日) 昼食 100時間カレー

「100時間カレー」という実際の店舗で提供されているカレールーを使用しました。香味野菜と果物を丁寧に炒め、牛のだしにスパイスを加え、煮込み熟成し、100時間以上かけて作成されています。



15

(月) MON



和朝食	白身魚の西京焼き ●ほうれん草洋風和え●タラモサラダ●納豆	洋朝食	マトウダイのバター焼き ●ほうれん草洋風和え●タラモサラダ●食パン●ポタージュ
昼食	A 鶏もも肉の唐揚げ ●プロッコリーの胡麻和え●たくあん●ご飯●味噌汁	B いわしのみぞれ煮	デザート デザートムース (オレンジ)
夕食	かに玉 ●麻婆春雨●白桃缶●ご飯●スープ		

エネルギー：1,667kcal たんぱく質：56.1g 脂質：45.7g 食塩相当量：6.8g

16

(火) TUE



和朝食	スペイン風オムレツ ●金平ごぼう●ヨーグルト	洋朝食	スペイン風オムレツ ●ごぼうサラダ●ヨーグルト●食パン●スープ
昼食	A サーモンのクリーム煮 ●根菜と大豆のトマト煮●野菜ジュース (A) 神戸屋クロワッサン●スープ	B そんぼのナポリタン	デザート アーモンドケーキ
夕食	牛肉炒め ●高野豆腐●バナナ●ご飯●味噌汁		

エネルギー：1,551kcal たんぱく質：56.1g 脂質：51.5g 食塩相当量：7.2g

17

(水) WED



和朝食	豆腐のそぼろあん ●カリフラワー酢の物●ふりかけ	洋朝食	ミートボール ●カリフラワー酢の物●みかん缶●食パン●ポタージュ
昼食	A 豚ロース肉の味噌漬け焼き ●ピーマン炒め煮●金時豆●ご飯●吸い物	B 銀ひらすの西京焼き	デザート 抹茶プリン
夕食	がんもと夏野菜の炊き合わせ ●レバーの甘辛煮●高菜漬●ご飯●味噌汁		

エネルギー：1,597kcal たんぱく質：55.3g 脂質：44.3g 食塩相当量：8.0g

18

(木) THU



和朝食	ねぎ入り玉子焼き ●オクラの胡麻和え●梅干●ヨーグルト	洋朝食	根菜トマトスープ ●かぼちゃサラダ●ヨーグルト●クロワッサン
昼食	A 黒毛和牛メンチカツ ●大根の柚子味噌●山椒ちりめん●ご飯●味噌汁	B シイラの山椒焼き	デザート カステラ
夕食	握り寿司 ●炒り豆腐いなり●きんぴられんこん●味噌汁		

エネルギー：1,595kcal たんぱく質：53.6g 脂質：35.3g 食塩相当量：10.4g

19

(金) FRI

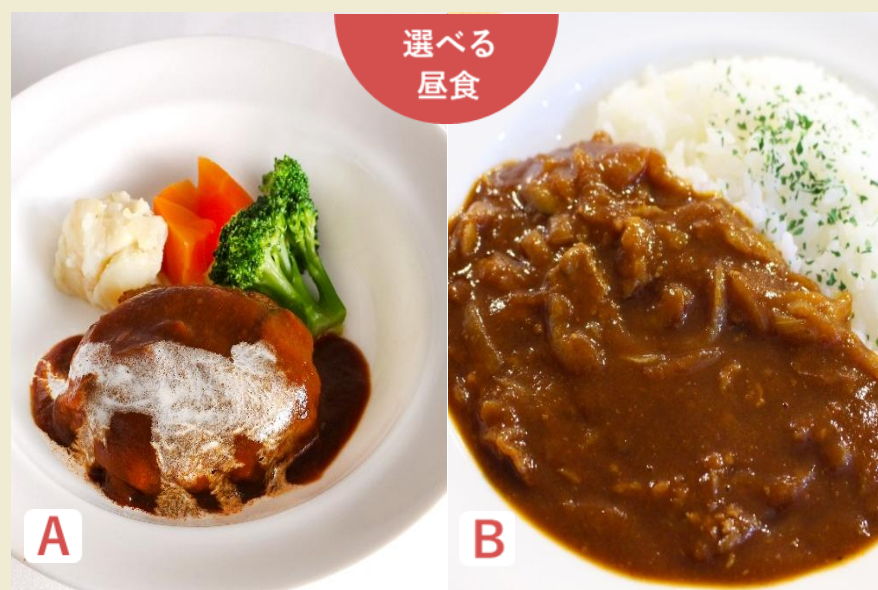


和朝食	ハーブチキン ●ほうれん草洋風和え●さつま芋甘露煮●いりこみそ	洋朝食	ハーブチキン ●食パン●ポタージュ ●ほうれん草洋風和え●さつま芋甘露煮●洋梨缶
昼食	A 冷やし中華 ●点心3種盛り●タラモサラダ (B) ご飯・スープ)	B 麻婆豆腐	デザート レモンゼリー
夕食	あじの煮付け ●揚げなすの田楽●卵の花●ご飯●味噌汁		

エネルギー：1,603kcal たんぱく質：62.7g 脂質：37.7g 食塩相当量：11.9g

20

(土) SAT



和朝食	スクランブルエッグ ●ウインナー●味海苔	洋朝食	スクランブルエッグ ●ウインナー●ポテトサラダ●食パン●スープ
昼食	A ハンバーグ デミグラスソース ●トマトパスタ●マンゴーとパプリカのジュース (A) ご飯●スープ	B ハヤシライス	デザート デザートムース (チョコ)
夕食	アブラカレイの西京焼き ●大豆の五目煮●いんげんの胡麻和え●ご飯●吸い物		

エネルギー：1,554kcal たんぱく質：54.5g 脂質：33.6g 食塩相当量：8.1g

21

(日) SUN



和朝食	いわしの蒲焼き ●人参しりしり●うぐいす豆●ヨーグルト	洋朝食	サンドイッチ ●チキンフリット●マカロニサラダ●ヨーグルト●スープ
昼食	鶏ももの山椒焼き ●アスパラ豆腐●煮物●桜海老ご飯●吸い物●ビール風ゼリーとおつまみ		
夕食	スズキの塩焼き ●帆立しんじょう●さつま芋とプロッコリーの和え物●ご飯●味噌汁		

エネルギー：1,539kcal たんぱく質：60.3g 脂質：35.3g 食塩相当量：6.7g



御献立表

OKONDATE

2026 6月 15日~21日

キッチンからのお知らせ Kitchen Information

新メニュー New Menu

15日 (月) 夕食 かに玉

中華の定番、かに玉！
紅ズワイガニのに入った鶏ガラベースのあんをかけ、かにの風味をお楽しみいただけます。



季節メニュー Seasonal Menu

17日 (水) 夕食 がんもと夏野菜の炊き合わせ

和風だしで煮込んだがんもと夏野菜に、梅あんをかけた。梅雨のじめじめした季節でも、さっぱりとお召し上がりいただけます。



21日 (日) 昼食 行事食 父の日御膳

父の日に感謝の気持ちを込めて、夏にぴったりの彩り豊かな御膳をお届けします！



● 鶏ももの山椒焼き
山椒がピリッと効いた照り焼きです。

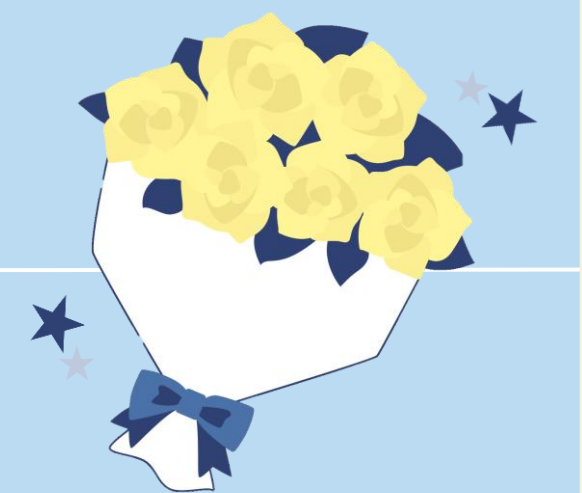
● アスパラ豆腐
新潟産のアスパラを使用し、乳製品を加えてコクを出した、上品な味わいのなめらかな豆腐です。

● ビール風ゼリーとおつまみ
オレンジゼリーをビールに見立て、そら豆を添えました。

● 煮物
がんも、里芋、人参を上品な味に仕上げました。

● 桜海老ご飯
香り豊かな桜海老ご飯です。

● 吸い物



22

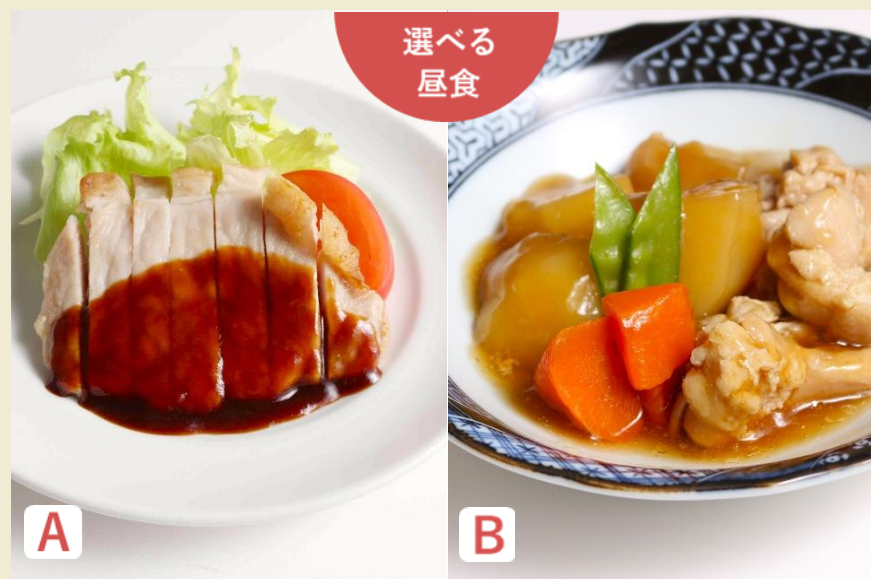
(月) MON



和朝食	つくねの照り焼き ●納豆	洋朝食	つくねの照り焼き ●タラモサラダ●食パン●ポタージュ
昼食	A オムライス ハヤシソース ●ジャーマンポテト●コールスロー (B ご飯) ●スープ	B	あじのエスカベッシュ マンゴーパインパフェ
夕食	メヌケの焼き漬け 柚子風味 ●モロヘイヤの辛子和え ●バナナ ●ご飯 ●味噌汁		
エネルギー：1,577kcal たんぱく質：55.3g 脂質：40.9g 食塩相当量：8.2g			

23

(火) TUE



和朝食	タラの粕漬焼き ●キャベツとウインナーの炒め煮●かぼちゃサラダ●ヨーグルト	洋朝食	タラのクリーム煮 ●食パン●スープ ●キャベツとウインナーの炒め煮●かぼちゃサラダ●ヨーグルト
昼食	A トンテキ ●にしん甘露煮●ほうれん草のお浸し ●ご飯 ●味噌汁	B	じゃが芋と鶏の煮物 いちごゼリー
夕食	穴子ちらし寿司 ●牛肉の煮物 ●黄桃缶 ●味噌汁		
エネルギー：1,640kcal たんぱく質：59.8g 脂質：42.4g 食塩相当量：8.2g			

24

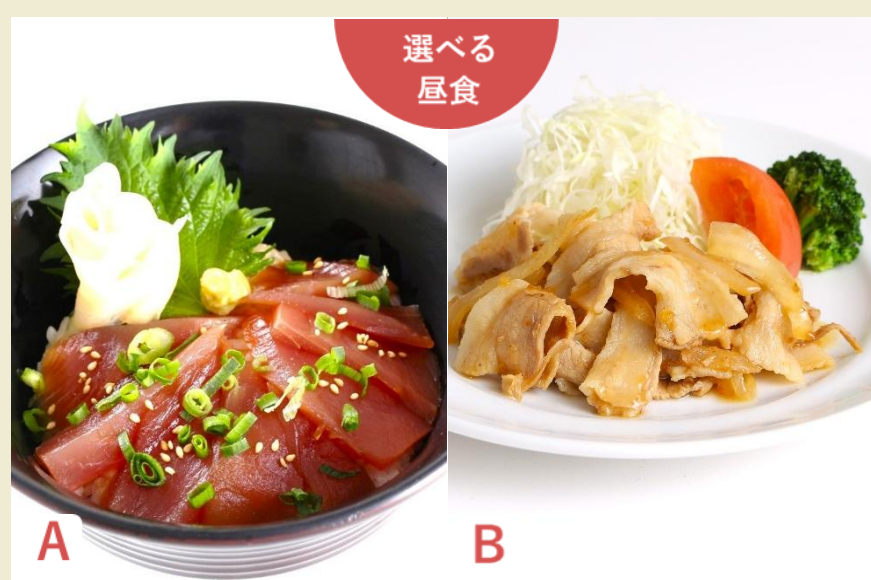
(水) WED



和朝食	オムレツ ●ポテトサラダ●ふりかけ	洋朝食	オムレツ ●ポテトサラダ●みかん缶●食パン●ポタージュ
昼食	A そうめん (Aとり天ぶら) ●豆腐のふわふわ蒸し ●さつま芋の甘煮 (B ご飯 ●味噌汁)	B	豚肉の冷しゃぶポン酢 大納言ようかん
夕食	メカジキの西京焼き ●きんぴらごぼう ●カリフラワーの柚子胡椒 ●ご飯 ●吸い物		
エネルギー：1,549kcal たんぱく質：54.3g 脂質：34.4g 食塩相当量：9.0g			

25

(木) THU



和朝食	銀ヒラスの照り焼き ●オクラの胡麻和え●梅干●ヨーグルト	洋朝食	ポトフ ●根菜と大豆のトマト煮●ヨーグルト●クロワッサン
昼食	A まぐろの漬け丼 ●さつま芋とれんこんの和え物 ●なすの揚げだし (B ご飯) ●味噌汁	B	豚の生姜焼き 人形焼
夕食	肉じゃが ●豆腐のかにあんかけ ●パイン缶 ●ご飯 ●味噌汁		
エネルギー：1,550kcal たんぱく質：54.1g 脂質：27.7g 食塩相当量：7.8g			

26

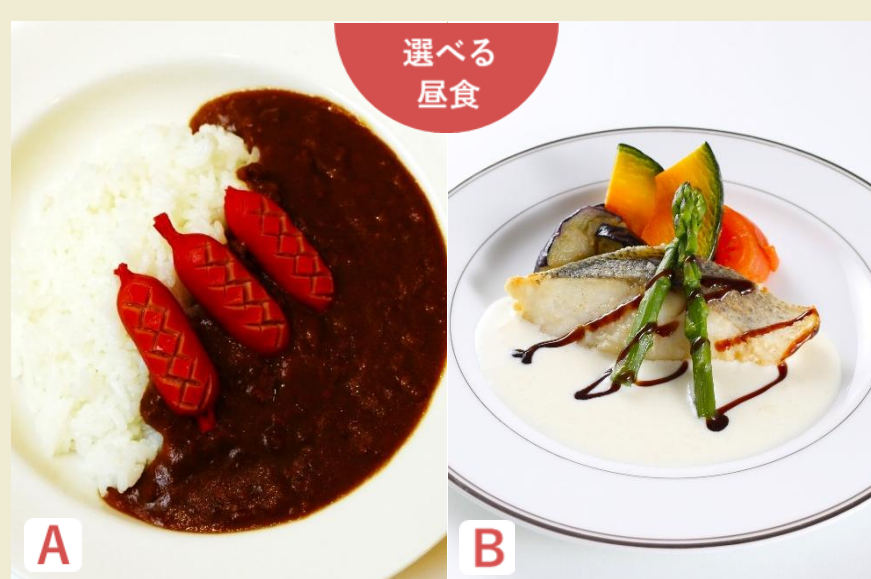
(金) FRI



和朝食	玉子焼き ●ごぼうサラダ●えびみそ	洋朝食	ハムチーズピカタ ●ごぼうサラダ●洋梨缶●食パン●スープ
昼食	A ミックスフライ ●切昆布大豆 ●つば漬 ●ご飯 (A 味噌汁) (B 吸い物)	B	豚肉の味噌煮込み デザートムース (ピーチ)
夕食	鶏の香味ダレ ●味付とろろ ●マンゴー ●麦ご飯 ●味噌汁		
エネルギー：1,633kcal たんぱく質：53.3g 脂質：48.3g 食塩相当量：8.3g			

27

(土) SAT



和朝食	豆腐ローフ ●さつま芋甘露煮●味海苔	洋朝食	豆腐ローフ ●さつま芋甘露煮●トマトパスタ●食パン●ポタージュ
昼食	A そんぼのカレー ●かぼちゃサラダ ●白桃缶 (B パン2種) ●スープ	B	スズキのポワレ マスカルポーネソース シュークリーム
夕食	刺身盛り合わせ ●ゴーヤチャンプルー ●金山寺みそ ●ご飯 ●味噌汁		
エネルギー：1,615kcal たんぱく質：54.7g 脂質：43.7g 食塩相当量：8.4g			

28

(日) SUN



和朝食	あじのみりん焼き ●人参しりしり●うぐいす豆●ヨーグルト	洋朝食	サンドイッチ ●チキンフリット●マカロニサラダ●ヨーグルト●スープ
昼食	A 牛丼 ●里芋の含め煮 ●オクラのお浸し ●味噌汁	B	焼きうどん どら焼き
夕食	赤魚の塩こうじ焼き ●揚げ豆腐のゆずあん ●きんぴられんこん ●ご飯 ●味噌汁		
エネルギー：1,551kcal たんぱく質：55.2g 脂質：32.5g 食塩相当量：7.7g			



御献立表

OKONDATE

2026 6月 22日~30日

キッチンからのお知らせ Kitchen Information

季節デザート Seasonal Dessert

22日 (月) デザート

マンゴーパインパフェ



マンゴーとパインを使用した、南国リゾートをイメージしたグラスパフェです。



肉の日 Meat Day

29日 (月) 昼食

牛ほほ肉の赤ワイン煮

芳醇な香りと酸味のある濃厚な赤ワインソースでじっくりと煮込んでいます。箸で切れるほど柔らかい牛ほほ肉をお楽しみください。



29

(月) MON



和朝食	白身魚の西京焼き ●ほうれん草洋風和え●タラモサラダ●納豆	洋朝食	マトウダイのバター焼き ●ほうれん草洋風和え●タラモサラダ●食パン●ポタージュ
昼食	牛ほほ肉の赤ワイン煮 ●サラダ ●いんげんのバターソテー ●パン2種 ●スープ	B	鯖の塩焼き デザート グレープゼリー
夕食	鯖の塩焼き ●さつま芋のレモン煮 ●キャベツと人参の生姜和え ●ご飯 ●味噌汁		
エネルギー：1,558kcal たんぱく質：60.5g 脂質：49.5g 食塩相当量：7.7g			

30

(火) TUE



和朝食	スペイン風オムレツ ●金平ごぼう ●ヨーグルト	洋朝食	スペイン風オムレツ ●ごぼうサラダ●ヨーグルト●食パン●スープ
昼食	A 白身魚のソテーレモン風味 ●根菜と大豆のトマト煮 ●野菜ジュース (A ご飯) (B パン2種) ●スープ	B	海老マカロニグラタン デザート エクレア
夕食	青椒肉絲 ●海老シューマイ ●もやしナムル ●ご飯 ●スープ		
エネルギー：1,597kcal たんぱく質：53.6g 脂質：41.0g 食塩相当量：7.0g			