

[有限会社 角屋]

〈若草寮・聖華寮〉

(2025年11月30日～2025年12月6日)

献立表

朝 食	11月30日(日)	12月1日(月)	12月2日(火)	12月3日(水)	12月4日(木)	12月5日(金)	12月6日(土)
	パン チーズウインナー ベイクドエッグ さつま芋ﾊｰﾌｽﾀｰﾄ オニオンスｰﾌﾟ 牛乳 ｺｷﾂ - 985kcal 蛋白質 36.2g 脂質 44.5g 炭水 121.5g 食塩 4.2g	米飯 豚肉味噌ﾊﾞﾀｰ炒め ブロッコリーマリネ 切干ゆず風味 味噌汁 牛乳 ｺｷﾂ - 684kcal 蛋白質 27.9g 脂質 24.1g 炭水 92.2g 食塩 2.2g	パンバイキング ロールキャベツ スクランブルエッグ コーンソテー 野菜ｽｰﾌﾟ 牛乳 ｺｷﾂ - 817kcal 蛋白質 37.0g 脂質 31.7g 炭水 107.2g 食塩 4.8g	米飯 豚吉野煮 和風サラダ 卵の花 味噌汁 牛乳 ｺｷﾂ - 659kcal 蛋白質 32.5g 脂質 17.2g 炭水 100.8g 食塩 3.1g	米飯 ほっけ西京焼き 野菜炒め ひじき煮 味噌汁 牛乳 ｺｷﾂ - 635kcal 蛋白質 29.0g 脂質 18.4g 炭水 96.2g 食塩 3.4g	パン ミートボール オムレツ 野菜サラダ コンソメｽｰﾌﾟ 牛乳 ｺｷﾂ - 822kcal 蛋白質 36.7g 脂質 38.9g 炭水 89.2g 食塩 4.1g	米飯 鶏肉ﾊﾞﾀｰ焼き ふきの煮物 茄子味噌和え 味噌汁 牛乳 ｺｷﾂ - 645kcal 蛋白質 30.5g 脂質 23.9g 炭水 83.3g 食塩 2.3g
屋 食	通玉カルピ井 豆腐のあんかけ 味噌汁 ｺｷﾂ - 723kcal 蛋白質 27.3g 脂質 31.5g 炭水 86.2g 食塩 2.9g	米飯 和風チキンｽﾃｰｷ カップグラタン いんげんごま和え ｺｷﾂ - 501kcal 蛋白質 18.8g 脂質 16.4g 炭水 70.7g 食塩 1.8g	米飯 鶏ねぎ塩炒め ハムマリネ ほうれん草辛子和え ｺｷﾂ - 477kcal 蛋白質 18.7g 脂質 16.8g 炭水 65.5g 食塩 1.4g	エビピラフ ハーフﾊｽﾀ ゆで卵 果物 ｺｷﾂ - 612kcal 蛋白質 23.9g 脂質 16.5g 炭水 94.7g 食塩 1.4g	白身魚竜田揚げ ブロッコリーサラダ 竹輪の天ぷら ｺｷﾂ - 713kcal 蛋白質 30.6g 脂質 29.8g 炭水 85.6g 食塩 3.1g	豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ マカロニサラダ ほうれん草海苔和え ｺｷﾂ - 620kcal 蛋白質 27.4g 脂質 21.2g 炭水 85.4g 食塩 2.2g	ﾋﾞｰｸﾞ-ﾘｯｸﾗｽ ポリュｰﾑサラダ ﾋﾞﾋﾞﾝﾊｽｰﾌﾟ ｺｷﾂ - 439kcal 蛋白質 16.8g 脂質 13.5g 炭水 64.9g 食塩 1.7g
夕 食	米飯 ジャンボチキンカツ アボカドサラダ 甘辛ごぼう ﾋｰﾝｽﾞｽｰﾌﾟ ｺｷﾂ - 758kcal 蛋白質 32.1g 脂質 23.8g 炭水 108.6g 食塩 2.4g	米飯 豚肉野菜巻き蒸し エビチリソース ザーサイ和え サンラータン ｺｷﾂ - 801kcal 蛋白質 42.2g 脂質 36.6g 炭水 79.7g 食塩 6.9g	牛しぐれうどん ちまき 大学芋 ｺｷﾂ - 883kcal 蛋白質 19.9g 脂質 25.3g 炭水 136.7g 食塩 3.6g	米飯 鯖力しー煮 さつま揚げの味噌和え かぼちや煮 そうめん汁 ｺｷﾂ - 703kcal 蛋白質 30.3g 脂質 18.0g 炭水 110.8g 食塩 4.4g	エビカツカレー しーざーサラダ 福神漬 ﾑｰｽ ｺｷﾂ - 925kcal 蛋白質 21.1g 脂質 39.6g 炭水 124.2g 食塩 3.9g	担担麵 シュウマイ ゴマ団子 ｺｷﾂ - 627kcal 蛋白質 27.4g 脂質 15.4g 炭水 96.8g 食塩 1.8g	米飯 豚のキムチ焼き 海草サラダ ポテトﾁｰｽﾞ 味噌汁 ｺｷﾂ - 600kcal 蛋白質 25.3g 脂質 19.7g 炭水 82.9g 食塩 3.3g
合 計	米飯 ｺｷﾂ - 2466kcal 蛋白質 85.8g 脂質 99.8g 炭水 316.3g 食塩 9.5g	米飯 ｺｷﾂ - 1966kcal 蛋白質 88.9g 脂質 77.1g 炭水 242.6g 食塩 10.9g	米飯 ｺｷﾂ - 2177kcal 蛋白質 75.6g 脂質 73.8g 炭水 309.4g 食塩 9.8g	米飯 ｺｷﾂ - 1974kcal 蛋白質 86.7g 脂質 51.7g 炭水 306.3g 食塩 8.9g	米飯 ｺｷﾂ - 2273kcal 蛋白質 80.7g 脂質 87.8g 炭水 306.0g 食塩 10.4g	米飯 ｺｷﾂ - 2089kcal 蛋白質 91.5g 脂質 75.5g 炭水 271.4g 食塩 8.2g	米飯 ｺｷﾂ - 1684kcal 蛋白質 72.6g 脂質 57.1g 炭水 231.1g 食塩 7.3g

献立表

[有限会社 角屋]

〈若草寮・聖草寮〉

(2025年12月 7日～2025年12月13日)

	12月 7日 (日)	12月 8日 (月)	12月 9日 (火)	12月10日 (水)	12月11日 (木)	12月12日 (金)	12月13日 (土)
朝食	パン レモンバジルチキン 目玉焼き パスタサラダ オニオンスープ 牛乳	米飯 赤魚の塩焼き 肉じゃが 竹輪わさび和え 味噌汁	パンバイキング あらびきウィンナー ゆで卵 マカロニサラダ 野菜スープ 牛乳	米飯 カレイ塩焼き イカ大根 キャベツのお浸し 味噌汁	米飯 さんま甘露煮 肉野菜炒め 厚焼き卵 味噌汁	パン フランクフルト スクランブルエッグ ポテトサラダ コンソメスープ 牛乳	米飯 肉団子 蓮根はさみ揚げ ほうれん草のごま和え 味噌汁 牛乳
	1144kcal 蛋白質 39.9g 脂質 50.7g 炭水 107.3g 食塩 2.9g	1144kcal 蛋白質 36.0g 脂質 22.9g 炭水 100.4g 食塩 3.1g	1144kcal 蛋白質 40.0g 脂質 48.4g 炭水 101.6g 食塩 5.0g	1144kcal 蛋白質 36.6g 脂質 10.3g 炭水 86.4g 食塩 2.9g	1144kcal 蛋白質 38.4g 脂質 46.6g 炭水 103.0g 食塩 3.4g	1144kcal 蛋白質 36.3g 脂質 42.4g 炭水 106.4g 食塩 5.4g	1144kcal 蛋白質 38.0g 脂質 45.7g 炭水 107.9g 食塩 2.3g
	三色丼 里芋煮 吸物 白玉ぜんざい	米飯 豚肉オーロソース ジャーマンポテト コーンボール	米飯 豚肉味噌焼き サツマイモサラダ 胡瓜生巻和え	肉丼 コーヒー牛乳	米飯 豚肉オイスター炒め ブロッコリーマリネ 茄子味噌煮	枝豆ごはん チキンピカタ キャベツサラダ ｽﾀｯﾌﾟﾈﾝﾄﾞｰとｺｶｺﾏ和え	パン グラタン コーンサラダ スープ フルーツヨーグルト
	1144kcal 蛋白質 30.7g 脂質 13.5g 炭水 137.1g 食塩 4.2g	1144kcal 蛋白質 23.1g 脂質 35.0g 炭水 77.9g 食塩 1.9g	1144kcal 蛋白質 17.6g 脂質 15.6g 炭水 90.5g 食塩 1.7g	1144kcal 蛋白質 19.2g 脂質 14.2g 炭水 72.7g 食塩 1.3g	1144kcal 蛋白質 22.0g 脂質 9.5g 炭水 75.8g 食塩 2.0g	1144kcal 蛋白質 24.2g 脂質 13.4g 炭水 76.5g 食塩 3.0g	1144kcal 蛋白質 41.7g 脂質 32.9g 炭水 152.6g 食塩 5.2g
	米飯 牛カルビ焼き 海鮮サラダ ピリ辛きゅうり すまし汁	米飯 トリチリ 小松菜椎茸和え 豆腐のそぼろ煮 ワンタンスープ	肉うどん ザンギ棒 かぼちゃバター煮	米飯 ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞｼｬﾐﾌﾞﾚｯﾄﾞｰｽ フレンチサラダ フライドポテト ピーンズスープ	スープカレー アボカドマヨサラダ 福神漬 ラッシー	ポロネーゼ オーシャンサラダ 豆乳スープ ワッフル	米飯 鮭の照り焼き きんぴらごぼう キムチもやし 味噌汁
夕食	1144kcal 蛋白質 16.5g 脂質 28.1g 炭水 74.4g 食塩 3.2g	1144kcal 蛋白質 31.9g 脂質 13.9g 炭水 77.8g 食塩 3.1g	1144kcal 蛋白質 28.8g 脂質 25.5g 炭水 99.7g 食塩 3.9g	1144kcal 蛋白質 26.7g 脂質 23.7g 炭水 103.4g 食塩 1.6g	1144kcal 蛋白質 35.5g 脂質 36.9g 炭水 118.0g 食塩 5.9g	1144kcal 蛋白質 33.8g 脂質 31.2g 炭水 98.7g 食塩 2.5g	1144kcal 蛋白質 29.2g 脂質 13.6g 炭水 95.3g 食塩 2.1g
	1144kcal 蛋白質 87.1g 脂質 92.3g 炭水 318.8g 食塩 10.3g	1144kcal 蛋白質 91.0g 脂質 71.8g 炭水 256.1g 食塩 8.1g	1144kcal 蛋白質 87.4g 脂質 90.5g 炭水 291.8g 食塩 10.6g	1144kcal 蛋白質 82.5g 脂質 48.2g 炭水 262.5g 食塩 5.8g	1144kcal 蛋白質 95.9g 脂質 93.0g 炭水 296.8g 食塩 11.3g	1144kcal 蛋白質 94.3g 脂質 87.0g 炭水 281.6g 食塩 10.9g	1144kcal 蛋白質 108.9g 脂質 92.2g 炭水 355.8g 食塩 9.6g
合計							

[有限会社 角屋]

〈若草寮・聖霊寮〉

(2025年12月14日～2025年12月20日)

献立表

朝 食	12月14日 (日)	12月15日 (月)	12月16日 (火)	12月17日 (水)	12月18日 (木)	12月19日 (金)	12月20日 (土)
	パン ポロニアソーセージ チーズサラダ マヨコーンコロッツ 具だくさんスープ 牛乳	米飯 鶏のしそ焼き 切干大根炒め ふきの煮物 味噌汁 牛乳	パンバイキング コロケ たまごサラダ ブロッコリーの卵とじ コンソメスープ 牛乳	米飯 鶏肉ねぎ味噌炒め 茄子はさみ鍋 油揚げの卵とじ 味噌汁 牛乳	米飯 豚肉野菜炒め がんもどき煮物 チーカマ 味噌汁 牛乳	パン チキンナゲット オムレツ オーロラサラダ 野菜スープ 牛乳	米飯 豚味噌炒め ひじき煮 卵豆腐 味噌汁 牛乳
	エネルギー 42.5g 脂質 53.0g 炭水 86.0g 食塩 5.8g	エネルギー 29.4g 脂質 23.0g 炭水 85.8g 食塩 3.1g	エネルギー 37.5g 脂質 43.8g 炭水 126.6g 食塩 5.1g	エネルギー 49.9g 脂質 43.7g 炭水 109.3g 食塩 2.5g	エネルギー 766kcal 蛋白質 41.2g 脂質 29.2g 炭水 86.8g 食塩 4.1g	エネルギー 989kcal 蛋白質 41.2g 脂質 50.9g 炭水 100.9g 食塩 3.6g	エネルギー 760kcal 蛋白質 31.0g 脂質 31.3g 炭水 100.2g 食塩 4.4g
昼 食	タコライス コロケ ツナサラダ 塩スープ	米飯 BBQチキン 串カツ 巾着たまご	米飯 チキン南蛮 もやしピリ辛和え 甘辛ごぼう	オムライス スティックチキン スマイルポテト	米飯 ヤンニョムチキン シュウマイ 大根きんぴら	五目ご飯 ほっけフライ マカロニサラダ れんこんきんぴら	チャーハン メンチカツ 白菜パ・コントロロブ
	エネルギー 26.2g 脂質 42.9g 炭水 100.4g 食塩 8.4g	エネルギー 40.8g 脂質 35.9g 炭水 89.6g 食塩 2.5g	エネルギー 21.7g 脂質 18.9g 炭水 87.5g 食塩 1.9g	エネルギー 703kcal 蛋白質 33.3g 脂質 25.9g 炭水 87.2g 食塩 1.7g	エネルギー 651kcal 蛋白質 18.3g 脂質 26.1g 炭水 87.2g 食塩 1.8g	エネルギー 766kcal 蛋白質 29.6g 脂質 31.8g 炭水 94.1g 食塩 1.9g	エネルギー 687kcal 蛋白質 28.4g 脂質 26.5g 炭水 87.5g 食塩 3.1g
夕 食	米飯 回鍋肉 棒棒鶏サラダ 中華春雨 吸物	米飯 豚肉カレー炒め カラフルサラダ 竹輪和え物 オニオンスープ	五目あんかけ焼きそば 春巻き ローペンタン	米飯 煮込みおでん つくね棒 白菜のお浸し 里芋汁	バターチキンカレー コールスローサラダ 福神漬 果物	とんこつラーメン 焼きおにぎり 餃子	米飯 牛カルビ焼き 根菜サラダ 春雨和え 水餃子スープ
	エネルギー 26.2g 脂質 31.5g 炭水 77.2g 食塩 2.4g	エネルギー 17.2g 脂質 22.2g 炭水 73.2g 食塩 1.3g	エネルギー 27.6g 脂質 20.7g 炭水 86.2g 食塩 2.1g	エネルギー 689kcal 蛋白質 32.5g 脂質 19.1g 炭水 100.2g 食塩 4.0g	エネルギー 642kcal 蛋白質 16.9g 脂質 20.1g 炭水 101.8g 食塩 3.4g	エネルギー 778kcal 蛋白質 25.6g 脂質 12.9g 炭水 140.5g 食塩 4.6g	エネルギー 727kcal 蛋白質 23.5g 脂質 31.5g 炭水 91.7g 食塩 3.5g
合 計	エネルギー 94.9g 脂質 127.4g 炭水 263.6g 食塩 16.6g	エネルギー 87.4g 脂質 81.1g 炭水 248.6g 食塩 6.9g	エネルギー 86.8g 脂質 88.4g 炭水 300.3g 食塩 9.1g	エネルギー 115.7g 脂質 88.7g 炭水 296.8g 食塩 8.2g	エネルギー 2049kcal 蛋白質 74.1g 脂質 75.4g 炭水 275.8g 食塩 9.3g	エネルギー 2533kcal 蛋白質 96.4g 脂質 95.6g 炭水 335.5g 食塩 10.1g	エネルギー 2177kcal 蛋白質 82.9g 脂質 89.3g 炭水 279.4g 食塩 11.0g

[有限会社 角屋]

<若草葉・聖草葉>

(2025年12月21日～2025年12月25日)

献立表

	12月21日 (日)	12月22日 (月)	12月23日 (火)	12月24日 (水)	12月25日 (木)
朝食	パンバイキング ウィンナーソーテー ジャーマンポテト スクランブルエッグ コンソメスープ 牛乳 エネルギー 897kcal 蛋白質 40.4g 脂質 49.5g 炭水 108.8g 食塩 5.0g	米飯 豚肉照り煮 きんぴらごぼう 白和え 味噌汁 牛乳 エネルギー 775kcal 蛋白質 28.5g 脂質 33.2g 炭水 99.4g 食塩 2.6g	パン ハムチーズピカタ オムレツ ブロccoliーサラダ オニオンスープ 牛乳 エネルギー 859kcal 蛋白質 42.5g 脂質 40.1g 炭水 94.8g 食塩 4.5g	米飯 つくね串 茄子甘辛炒め もやしの卵とじ 味噌汁 牛乳 エネルギー 683kcal 蛋白質 32.3g 脂質 26.7g 炭水 88.5g 食塩 3.0g	米飯 牛の柳川煮 キムチもやし 長いも海苔和え 味噌汁 牛乳 エネルギー 538kcal 蛋白質 29.7g 脂質 18.6g 炭水 68.1g 食塩 2.8g
昼食	ブルコギ丼 チョレギサラダ 具だくさんスープ エネルギー 673kcal 蛋白質 16.7g 脂質 30.8g 炭水 88.0g 食塩 1.9g	米飯 サケの塩焼き ミートボール 玉子焼き エネルギー 525kcal 蛋白質 32.5g 脂質 16.3g 炭水 61.7g 食塩 1.4g	米飯 鯖胡麻照り焼き 切干ゆず風味 カニカマ天ぷら エネルギー 639kcal 蛋白質 27.2g 脂質 23.7g 炭水 83.8g 食塩 2.2g	ロコモコ風丼 カップサラダ エネルギー 543kcal 蛋白質 26.3g 脂質 18.4g 炭水 69.2g 食塩 2.1g	とりめし 焼きそば エネルギー 738kcal 蛋白質 28.8g 脂質 13.1g 炭水 123.3g 食塩 2.8g
夕食	米飯 ポークグリル 大根サラダ 茄子味噌和え 味噌汁 エネルギー 522kcal 蛋白質 18.8g 脂質 13.7g 炭水 85.0g 食塩 2.4g	米飯 テリヤキチキン 南瓜煮【冬至】 ほうれん草のお浸し 柚子塩汁 エネルギー 560kcal 蛋白質 27.4g 脂質 10.0g 炭水 93.5g 食塩 2.1g	カレーうどん さつま芋甘露煮 アメリカンドッグ エネルギー 826kcal 蛋白質 25.7g 脂質 25.8g 炭水 119.3g 食塩 3.0g	【パーティー】 エネルギー 0kcal 蛋白質 0.0g 脂質 0.0g 炭水 0.0g 食塩 0.0g	エネルギー 1277kcal 蛋白質 58.5g 脂質 31.7g 炭水 191.4g 食塩 5.6g
合計	エネルギー 2182kcal 蛋白質 75.9g 脂質 94.0g 炭水 282.8g 食塩 9.3g	エネルギー 1860kcal 蛋白質 86.4g 脂質 59.5g 炭水 254.6g 食塩 6.1g	エネルギー 2324kcal 蛋白質 95.4g 脂質 89.6g 炭水 287.9g 食塩 9.7g	エネルギー 1238kcal 蛋白質 58.6g 脂質 45.1g 炭水 157.7g 食塩 5.1g	