

週間予定献立表 (さくら館)

期間： 2022年05月01日(日) ～ 2022年05月07日(土)

	5月1日(日)	5月2日(月)	5月3日(火)	5月4日(水)	5月5日(木)	5月6日(金)	5月7日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○つば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○白菜の炒め煮 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○温野菜サラダ ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ひきないり ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○野菜のソテー ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○揚出し豆腐の甘辛煮 ○ほうれん草のお浸し ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○にらと卵の炒め ○桜漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鶏肉の梅風味焼き ○マカロニサラダ ○パン ○バームクーヘン	○米飯 ○チンジャオロース ○納豆とわかめのナムル ○みかんヨーグルト ○せんべい	○米飯 ○赤魚西京焼き ○竹輪と大根の煮物 ○カクテルゼリー ○あんドーナツ	○米飯 ○八宝菜 ○三色浅漬け ○白桃缶 ○チーズババロアシュール	○ちらし寿司 ○清汁 ○納豆と長芋の和え物 ○こどもの日ゼリー ○季節の和菓子	○米飯 ○あじの南蛮漬け ○マカロニサラダ ○オレンジ ○カステラ	○米飯 ○豚肉のマスタード焼き ○春雨の中華サラダ ○ピーチフルーチェ ○黒糖まんじゅう
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のケチャップ煮 ○大根ほたてサラダ ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○サバの塩焼き ○いんげんのゴマ和え ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○豆腐のヒリ辛炒め ○ポテトサラダ ○はりはり漬け	○菜飯 ○みそ汁 ○竹のみそバター焼き ○レタスとコーンサラダ ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のさっぱり煮 ○アスパラの炒め物 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○酢豚 ○もやしと胡瓜和え物 ○りんご	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○大豆ミートのトマト煮 ○ジョア
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1777 kcal [タンパク質] 65.2 g [脂 質] 52.4 g [炭水化物] 242.3 g [塩 分] 9.1 g	[エネルギー] 1640 kcal [タンパク質] 62.5 g [脂 質] 48.6 g [炭水化物] 227.3 g [塩 分] 5.8 g	[エネルギー] 1603 kcal [タンパク質] 49.8 g [脂 質] 48.7 g [炭水化物] 234.2 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1639 kcal [タンパク質] 64.9 g [脂 質] 47.6 g [炭水化物] 222.2 g [塩 分] 8.9 g	[エネルギー] 1509 kcal [タンパク質] 73.6 g [脂 質] 31.2 g [炭水化物] 225.1 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1593 kcal [タンパク質] 53.0 g [脂 質] 41.3 g [炭水化物] 246.4 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1691 kcal [タンパク質] 61.5 g [脂 質] 51.8 g [炭水化物] 238.9 g [塩 分] 6.1 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2022年05月08日(日) ～ 2022年05月14日(土)

	5月8日(日)	5月9日(月)	5月10日(火)	5月11日(水)	5月12日(木)	5月13日(金)	5月14日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○大根そぼろ煮 ○野沢菜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○竹輪と大根の煮物 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五目厚焼き卵 ○ハムと杓刈草のバターソテー ○たいみそ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ツナじゃが ○大根炒り ○たらこ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○ほうれん草のお浸し ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○野菜ソテー ○金時豆 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○チンゲン菜のお浸し ○梅干 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○とり肉のねぎソースかけ ○五目煮 ○パイン缶・キウイ ○やわらかクッキー	○天丼 ○チキンスープ ○ほうれん草中華卵炒め ○杏仁フルーツ ○★母の日メニュー★ ○カットケーキ	○米飯 ○たらの香草パン粉焼き ○豚肉と舞茸のきんぴら ○フルーツカクテル ○やわらかおかき	○チャーハン ○中華スープ ○錦糸シュウマイ ○黄桃・キウイ ○クレープ	○米飯 ○サバの塩焼き ○野菜のかにあんかけ ○パイン ○芋ようかん	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○もやしと青菜の和え物 ○マンゴープリン ○クリームパン	○米飯 ○タラの味噌マヨ焼き ○長芋の和え物 ○バナナヨーグルト ○お茶まんじゅう
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○肉豆腐 ○たまごサラダ ○しば漬	○米飯 ○みそ汁 ○かれいの煮魚 ○ジャーマンポテト ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○焼き肉 ○温奴 ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの塩焼き ○麻婆春雨 ○ヨーグルトいちごソース	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の山椒風味焼き ○トマトサラダ ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○炒り鶏 ○りんごジュース	○米飯 ○みそ汁 ○グリルドチキントマトソース ○ポテトサラダ ○しそ昆布
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1581 kcal [タンパク質] 64.0 g [脂 質] 47.4 g [炭水化物] 213.5 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1754 kcal [タンパク質] 73.2 g [脂 質] 45.7 g [炭水化物] 256.8 g [塩 分] 8.2 g	[エネルギー] 1631 kcal [タンパク質] 59.3 g [脂 質] 52.5 g [炭水化物] 207.8 g [塩 分] 6.4 g	[エネルギー] 1443 kcal [タンパク質] 58.6 g [脂 質] 27.8 g [炭水化物] 230.7 g [塩 分] 9.0 g	[エネルギー] 1638 kcal [タンパク質] 55.1 g [脂 質] 44.3 g [炭水化物] 243.8 g [塩 分] 5.8 g	[エネルギー] 1760 kcal [タンパク質] 71.0 g [脂 質] 40.7 g [炭水化物] 288.4 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1550 kcal [タンパク質] 58.6 g [脂 質] 36.9 g [炭水化物] 237.3 g [塩 分] 8.9 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2022年05月15日(日) ～ 2022年05月21日(土)

	5月15日(日)	5月16日(月)	5月17日(火)	5月18日(水)	5月19日(木)	5月20日(金)	5月21日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(サケ) ○白菜の中華煮 ○しその実漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○白菜のクリーム煮 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○切干大根と高野の煮物 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○ツナじゃが ○高菜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○ソーセージと野菜のソテー ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○魚肉ソーセージケチャップソテー ○竹輪と大根の煮物 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ハム野菜ソテー ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉の塩麹炒め ○大根とホタテの含め煮 ○オレンジ ○コーヒーゼリー	○米飯 ○ミックスフライ ○水菜サラダ ○キウイフルーツ ○バームクーヘン	○カレーライス ○ふきの炒め煮 ○*福神漬 ○フルーツカクテル ○★複式献立の日★ ○カレーうどん ○せんべい	○米飯 ○サバの味噌煮 ○浅漬け ○オレンジ ○あんドーナツ	○米飯 ○おろしハンバーグ ○豆腐のきのこあんかけ ○黄桃缶 ○チーズババロアシュー	○鶏肉の唐揚げ丼 ○スープ ○大根とほたての梅和え ○キウイフルーツ ○★複式献立の日★ ○B: ミートスパゲッティ ○ワッフル	○米飯 ○麻婆豆腐 ○もやしのナムル ○洋なし缶 ○カステラ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○さわらの韓国風味噌焼 ○もやしのナムル ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏とアスパラ炒め ○胡瓜のしその実漬け ○うぐいす豆	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の香味ソース ○豚肉と舞茸のきんぴら ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のプルコギ ○わかめの中華和え ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○ごぼうの南蛮炒め ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○サバの塩焼き ○うの花 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○かいのみそバター焼き ○胡瓜のしその実漬け ○りんごジュース
栄養 量目 安	[エネルギー] 1603 kcal [タンパク質] 60.5 g [脂 質] 47.9 g [炭水化物] 218.6 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1511 kcal [タンパク質] 57.3 g [脂 質] 34.7 g [炭水化物] 234.2 g [塩 分] 6.9 g	[エネルギー] 2202 kcal [タンパク質] 75.4 g [脂 質] 64.0 g [炭水化物] 309.6 g [塩 分] 14.4 g	[エネルギー] 1762 kcal [タンパク質] 61.0 g [脂 質] 58.0 g [炭水化物] 237.4 g [塩 分] 6.7 g	[エネルギー] 1553 kcal [タンパク質] 59.5 g [脂 質] 40.0 g [炭水化物] 225.6 g [塩 分] 8.4 g	[エネルギー] 1306 kcal [タンパク質] 51.9 g [脂 質] 35.3 g [炭水化物] 186.2 g [塩 分] 8.8 g	[エネルギー] 1607 kcal [タンパク質] 59.8 g [脂 質] 41.9 g [炭水化物] 240.5 g [塩 分] 6.5 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2022年05月22日(日) ～ 2022年05月28日(土)

	5月22日(日)	5月23日(月)	5月24日(火)	5月25日(水)	5月26日(木)	5月27日(金)	5月28日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○一口がんもの煮物 ○ほうれん草のお浸し ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○キャベツとハム和え ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の西京焼き ○豆腐とひじきの炒り煮 ○野沢菜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○豆腐揚げ ○ジャーマンポテト ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○ほうれん草のゴマ和え ○高菜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ひきないり ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○じゃが芋のソテー ○たらこ ○牛乳
昼 食	○米飯 ○ほっけの塩焼き ○大根の中華炒め ○オレンジ ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○豚肉のオイスター炒め ○玉葱とわかめの酢の物 ○アセロラジュレ ○やわらかクッキー	○たけのご飯 ○いんかのめざめコロッケ ○春雨のうま煮 ○パン ○ココアワッフル	○米飯 ○サケの幽庵焼き ○キャベツとカニカマサラダ ○りんごフルーチェ ○やわらかおかき	○米飯 ○炒り鶏 ○アスパラ和風マヨがけ ○キウイフルーツ ○抹茶ババロア	○米飯 ○豚肉のキムチ炒め ○彩りサラダ ○夏みかんヨーグルト ○芋ようかん	○米飯 ○赤魚の照り焼き ○小松菜の炒り煮 ○オレンジ ○クリームパン
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のパン粉焼き ○冷奴 ○しそ昆布	○菜飯 ○みそ汁 ○ふわふわ卵炒め ○さつまいもサラダ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉和風和シソス ○大根とサツ揚げの煮物 ○ヨーグルトいちごソース	○米飯 ○みそ汁 ○八宝菜 ○酢の物 ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚のおろし煮 ○車麩と里芋の含め煮 ○かつば漬け	○米飯 ○みそ汁 ○エビ団子チリ風卵炒め ○三色浅漬け ○ぶどうジュース	○カレーライス ○*福神漬 ○中華風和え物 ○ヤクルト
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1433 kcal [タンパク質] 66.1 g [脂 質] 28.2 g [炭水化物] 218.4 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1841 kcal [タンパク質] 60.6 g [脂 質] 62.0 g [炭水化物] 252.4 g [塩 分] 8.8 g	[エネルギー] 1565 kcal [タンパク質] 59.9 g [脂 質] 32.5 g [炭水化物] 247.6 g [塩 分] 9.9 g	[エネルギー] 1517 kcal [タンパク質] 57.9 g [脂 質] 38.5 g [炭水化物] 225.5 g [塩 分] 8.8 g	[エネルギー] 1452 kcal [タンパク質] 63.4 g [脂 質] 30.8 g [炭水化物] 221.5 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1810 kcal [タンパク質] 63.2 g [脂 質] 52.9 g [炭水化物] 263.4 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1737 kcal [タンパク質] 61.7 g [脂 質] 51.6 g [炭水化物] 249.8 g [塩 分] 8.3 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週間予定献立表 (さくら館)

期間： 2022年05月29日(日) ～ 2022年06月04日(土)

	5月29日(日)	5月30日(月)	5月31日(火)	6月1日(水)	6月2日(木)	6月3日(金)	6月4日(土)
朝食	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○竹輪と大根の煮物 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○かつば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○高野と枝豆の卵とじ ○味噌マヨネーズ和え ○梅干 ○牛乳				
昼食	○米飯 ○鶏肉のハーブ焼き ○若布とアスパラのツツラダ ○キウイフルーツ ○お茶まんじゅう	○米飯 ○あじの梅煮 ○豚肉と舞茸のきんぴら ○フルーチェ(ぶどう) ○コーヒーゼリー	○米飯 ○肉豆腐 ○マカロニサラダ ○キウイフルーツ ○クレープ				
夕食	○米飯 ○みそ汁 ○豚しゃぶの胡麻だれ ○豆腐おろし煮 ○りんごジュース	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子の中華風煮 ○かぼちやの甘煮 ○桜漬	○米飯 ○みそ汁 ○鯖の味噌煮 ○トマトサラダ ○野沢菜漬				
栄養量目安	[エネルギー] 1690 kcal [タンパク質] 63.7 g [脂質] 49.5 g [炭水化物] 234.5 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1575 kcal [タンパク質] 57.8 g [脂質] 38.6 g [炭水化物] 243.7 g [塩分] 9.1 g	[エネルギー] 1686 kcal [タンパク質] 58.9 g [脂質] 56.2 g [炭水化物] 222.4 g [塩分] 7.9 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g

*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。