

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2022年08月01日(月) ～ 2022年08月07日(日)

	8月1日(月)	8月2日(火)	8月3日(水)	8月4日(木)	8月5日(金)	8月6日(土)	8月7日(日)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○ソーゼツと野菜のソテー ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○竹輪と大根の煮物 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソテー ○ひきないうり ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○揚げ出し豆腐の甘辛煮 ○ほうれん草のお浸し ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○にらと卵の炒め ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○大根そぼろ煮 ○野沢菜漬 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○竹のみそバター焼き ○水菜サラダ ○ヨーグルトソースがけ ○バームクーヘン	○米飯 ○酢豚 ○たまごサラダ ○キウイフルーツ ○せんべい	○米飯 ○あじの南蛮漬け ○レタスと貝割れのサラダ ○黄桃缶 ○アイス風デザート	○米飯 ○★ラタトゥイユ風コック ○大根ほたてサラダ ○メロン ○★おすすめメニュー★ ○チーズババロアシュー	○カレーライス ○*福神漬 ○マカロニサラダ ○みかんフルーチェ ○ワッフル	○米飯 ○ほっけみりん漬け焼き ○なすの味噌田楽 ○白桃缶 ○カステラ	○米飯 ○肉豆腐 ○トマトサラダ ○パイナップル ○黒糖まんじゅう
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○チンジャオロース ○根菜の煮物 ○桜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○サバの塩焼き ○中華風和え物 ○かつば漬け	○米飯 ○みそ汁 ○親子煮 ○大根の肉味噌がけ ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の生姜炒め ○コールスローサラダ ○うずら豆の甘煮	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の塩焼き ○ほうれん草わさび和え ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉トマト煮 ○胡瓜の浅漬け ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○たらの香草パン粉焼き ○うの花 ○しば漬
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1613 kcal [タンパク質] 59.9 g [脂質] 47.2 g [炭水化物] 228.4 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1698 kcal [タンパク質] 58.1 g [脂質] 53.2 g [炭水化物] 237.3 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1632 kcal [タンパク質] 68.8 g [脂質] 42.4 g [炭水化物] 232.2 g [塩分] 8.4 g	[エネルギー] 1627 kcal [タンパク質] 48.0 g [脂質] 52.5 g [炭水化物] 227.7 g [塩分] 6.3 g	[エネルギー] 1779 kcal [タンパク質] 64.5 g [脂質] 56.9 g [炭水化物] 245.3 g [塩分] 9.0 g	[エネルギー] 1605 kcal [タンパク質] 60.5 g [脂質] 42.3 g [炭水化物] 237.2 g [塩分] 7.8 g	[エネルギー] 1592 kcal [タンパク質] 56.9 g [脂質] 45.3 g [炭水化物] 231.6 g [塩分] 7.1 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08月08日(月) ～ 2022年08月14日(日)

	8月8日(月)	8月9日(火)	8月10日(水)	8月11日(木)	8月12日(金)	8月13日(土)	8月14日(日)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○高野と枝豆の卵とじ ○ほうれん草のお浸し ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○温野菜サラダ ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○小松菜のお浸し ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鮭缶・大根おろし添え ○仏と杓の草のバター ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○ごぼう炒め ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さわら西京漬け焼き ○白菜の中華煮 ○しその実漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○サバの塩焼き ○野菜のかにあんかけ ○オレンジ ○やわらかクッキー	○米飯 ○とり肉のねぎソースかけ ○大根と車麩のうま煮 ○夏みかんヨーグルト ○ココアワッフル	○米飯 ○麻婆なす ○スパサラダ(ツナ) ○ピーチフルーチェ ○やわらかおかき	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○わかめの中華和え ○キウイフルーツ ○アイス風デザート	○米飯 ○天ぷら ○刻昆布の炒め煮 ○胡瓜の浅漬け ○アセロラジュレ ○★リクエストメニュー★ ○季節の和菓子	○米飯 ○タラの味噌マヨ焼き ○長芋の和え物 ○トマト ○クリームパン	○米飯 ○豚肉の塩麹炒め ○大根とホタテの含め煮 ○オレンジ ○お茶まんじゅう
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○焼き肉 ○冷奴 ○ぶどうジュース	○米飯 ○みそ汁 ○かれのい煮魚 ○ジャーマンポテト ○野菜ジュース	○わかめごはん ○みそ汁 ○鶏肉のさっぱり煮 ○トマト ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の山椒風味焼き ○もずくの酢の物 ○うぐいす豆	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉と大根の酢炒め ○たまごサラダ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○グリルドチキンマトソース ○ポテトサラダ ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○かに玉風 ○春雨サラダ ○たくあん漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1605 kcal [タンパク質] 61.0 g [脂 質] 48.9 g [炭水化物] 220.4 g [塩 分] 5.8 g	[エネルギー] 1553 kcal [タンパク質] 67.8 g [脂 質] 35.7 g [炭水化物] 229.7 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1653 kcal [タンパク質] 61.3 g [脂 質] 52.5 g [炭水化物] 217.6 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1506 kcal [タンパク質] 49.8 g [脂 質] 46.0 g [炭水化物] 237.8 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1890 kcal [タンパク質] 77.3 g [脂 質] 60.5 g [炭水化物] 249.9 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1607 kcal [タンパク質] 60.9 g [脂 質] 41.0 g [炭水化物] 240.1 g [塩 分] 10.8 g	[エネルギー] 1530 kcal [タンパク質] 52.4 g [脂 質] 37.8 g [炭水化物] 232.6 g [塩 分] 8.8 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08月15日(月) ～ 2022年08月21日(日)

	8月15日(月)	8月16日(火)	8月17日(水)	8月18日(木)	8月19日(金)	8月20日(土)	8月21日(日)
朝 食	○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	○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 ○スクランブルエッグ ○ツナじゃが ○高菜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○竹輪と大根の煮物 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○野菜ソテー ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○一口がんもの煮物 ○ほうれん草のお浸し ○ふりかけ ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鶏肉のみぞれ煮 ○キャベツザーサイ和え ○ヨーグルトソースがけ ○コーヒーゼリー	○豚塩カルビ丼 ○スープ ○大根とほたての梅和え ○パイナップル ○★複式献立の日★ ○醤油ラーメン ○バームクーヘン	○米飯 ○鯖みりん漬け焼き ○ブロッコリーかにかまサダ ○オレンジ ○せんべい	○米飯 ○肉じゃが ○お浸し ○フルーチェ(ぶどう) ○あんドーナツ	○鯛めし ○清汁 ○大根サラダ ○カクテルゼリー ○★複式献立の日★ ○汁なし坦々麺 ○アイス風デザート	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○浅漬け ○パイナップル・キウイ ○ココアワッフル	○米飯 ○赤魚のマヨネーズ焼き ○大根の中華炒め ○オレンジ ○カステラ
夕 食	○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 ○鶏肉のパン粉焼き ○胡瓜のしその実漬け ○豆昆布	○夏野菜カレーライス ○*福神漬 ○コールスローサラダ ○ジョア	○ゆかりごはん ○みそ汁 ○エビ団子チリ風卵炒め ○ごぼうの南蛮炒め ○しその実漬け	○米飯 ○みそ汁 ○カレイのみそバター焼き ○セロリの香り炒め ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○さけハーブ焼き ○春雨の炒め物 ○しば漬	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のキムチ炒め ○冷奴 ○ジョア
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1601 kcal [タンパク質] 58.7 g [脂 質] 41.9 g [炭水化物] 238.1 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 2062 kcal [タンパク質] 81.8 g [脂 質] 51.2 g [炭水化物] 304.6 g [塩 分] 17.4 g	[エネルギー] 1832 kcal [タンパク質] 61.8 g [脂 質] 58.9 g [炭水化物] 255.7 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1703 kcal [タンパク質] 58.6 g [脂 質] 46.3 g [炭水化物] 253.6 g [塩 分] 10.7 g	[エネルギー] 2166 kcal [タンパク質] 86.4 g [脂 質] 66.7 g [炭水化物] 282.7 g [塩 分] 8.9 g	[エネルギー] 1663 kcal [タンパク質] 55.6 g [脂 質] 50.6 g [炭水化物] 235.5 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1667 kcal [タンパク質] 61.7 g [脂 質] 51.5 g [炭水化物] 228.0 g [塩 分] 7.6 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08月22日(月) ~ 2022年08月28日(日)

	8月22日(月)	8月23日(火)	8月24日(水)	8月25日(木)	8月26日(金)	8月27日(土)	8月28日(日)
朝食	○米飯 ○みそ汁 ○鮭缶・大根おろし添え ○キャベツとハム和え ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○豆腐揚げ ○ソーセージと野菜のソテー ○野沢菜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○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 ○切干大根と高野の煮物 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○ごぼう炒め ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○竹輪と大根の煮物 ○しば漬 ○牛乳
昼食	○米飯 ○炒り鶏 ○豆腐のきのこあんかけ ○フルーツカクテル ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○鯖の味噌煮 ○長芋の梅しそ和え ○ピーチフルーチェ ○やわらかクッキー	○米飯 ○豚しゃぶの胡麻だれ ○ビーフソテー ○メロン ○ココアワッフル	○米飯 ○赤魚の照り焼き ○じゃが芋のそぼろ煮 ○オレンジ ○やわらかおかき	○米飯 ○豚肉となすの炒め煮 ○春雨の中華サラダ ○黄桃・キウイ ○抹茶ババロア	○米飯 ○おろしハンバーグ ○胡瓜とかかの酢の物 ○夏みかんヨーグルト ○芋ようかん	○米飯 ○とり肉のカレー風味焼き ○若布とアスパラのツナサラダ ○キウイフルーツ ○クリームパン
夕食	○米飯 ○みそ汁 ○八宝菜 ○酢の物 ○みそ漬け	○米飯 ○コンソメスープ ○煮込みハンバーグ ○彩りサラダ ○野菜ジュース	○菜飯 ○みそ汁 ○ほっけの塩焼き ○もやしのナムル ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○ふわふわ卵炒め ○大根そぼろ煮 ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉と大根の酢炒め ○炒り豆腐 ○はりはり漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鮭のマリネ ○春雨のうま煮 ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○麻婆豆腐 ○もやしのナムル ○ザーサイ
栄養量目安	[エネルギー] 1669 kcal [タンパク質] 69.9 g [脂質] 45.7 g [炭水化物] 222.6 g [塩分] 8.2 g	[エネルギー] 1572 kcal [タンパク質] 54.7 g [脂質] 42.3 g [炭水化物] 265.1 g [塩分] 9.0 g	[エネルギー] 1720 kcal [タンパク質] 63.4 g [脂質] 55.3 g [炭水化物] 227.5 g [塩分] 7.9 g	[エネルギー] 1533 kcal [タンパク質] 63.1 g [脂質] 36.9 g [炭水化物] 225.2 g [塩分] 8.7 g	[エネルギー] 1824 kcal [タンパク質] 58.5 g [脂質] 68.8 g [炭水化物] 229.8 g [塩分] 7.8 g	[エネルギー] 1648 kcal [タンパク質] 56.6 g [脂質] 39.8 g [炭水化物] 258.7 g [塩分] 9.3 g	[エネルギー] 1488 kcal [タンパク質] 56.9 g [脂質] 37.7 g [炭水化物] 223.7 g [塩分] 6.3 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08月29日(月) ～ 2022年09月04日(日)

	8月29日(月)	8月30日(火)	8月31日(水)	9月1日(木)	9月2日(金)	9月3日(土)	9月4日(日)
朝食	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○じゃが芋のスープ煮 ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○温野菜サラダ ○野沢菜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さわら西京漬け焼き ○ほうれん草のゴマ和え ○はりはり漬け ○牛乳				
昼食	○米飯 ○豚肉のケチャップ炒め ○大根和風サラダ ○フルーツポンチ ○お茶まんじゅう	○米飯 ○赤魚の粕漬け焼き ○なすの揚げ浸し ○フルーツカクテル ○コーヒーゼリー	○米飯 ○豚肉のオイスター炒め ○さつまいもサラダ ○パイン ○マロンワッフル				
夕食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけのみりん焼き ○キャベツのツナサラダ ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉の香味ソース ○含め煮 ○ぶどうジュース	○菜飯 ○みそ汁 ○ふわふわ卵炒め ○トマトサラダ ○しその実漬け				
栄養量目安	[エネルギー] 1626 kcal [タンパク質] 59.4 g [脂質] 39.0 g [炭水化物] 247.9 g [塩分] 7.1 g	[エネルギー] 1598 kcal [タンパク質] 60.0 g [脂質] 39.2 g [炭水化物] 228.8 g [塩分] 6.4 g	[エネルギー] 1763 kcal [タンパク質] 54.3 g [脂質] 57.2 g [炭水化物] 250.4 g [塩分] 8.6 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。