

# 週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2019年02月25日(月) ～ 2019年03月03日(日)

	2月25日(月)	2月26日(火)	2月27日(水)	2月28日(木)	3月1日(金)	3月2日(土)	3月3日(日)
<b>朝 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○豆腐揚げ ○ほうれん草のお浸し ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○切干大根と高野の煮物 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚みりん焼き ○豆腐とひじきの炒り煮 ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○ハムとじゃが芋の炒め ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鮭フレーク ○キャベツとハム和え ○野沢菜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○ポテトサラダ ○たらこ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○竹輪と大根の煮物 ○しば漬 ○牛乳
<b>昼 食</b>	○親子丼 ○白菜のみみ漬け ○バナナヨーグルト  ○ドームケーキ	○ばらちらし寿司 ○清汁 ○柚子なます ○ストロベリーパバロア ○★月末御膳★  ○たいやき	○米飯 ○豚肉のオイスター煮 ○ほうれん草のゴマ和え ○りんご  ○チョコパン	○米飯 ○鯖の塩麹漬け ○豚肉と舞茸のきんぴら ○みかん  ○抹茶かん	○米飯 ○炒り鶏 ○かぶと菊のみみ漬け ○黄桃缶  ○クリームパン	○春色ちらし寿司 ○清汁 ○三色浅漬け ○いちご ○★ひな祭りメニュー★  ○せんべい	○米飯 ○たら蒸し ○チーズ 南瓜サラダ ○白桃ヨーグルト  ○ロールケーキ
<b>夕 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○カレーのみそバター焼き ○胡瓜のしその実漬け ○ジョア	○チャーハン ○ワカメきのこスープ ○えびシュウマイ ○杏仁フルーツ	○米飯 ○みそ汁 ○スパニッシュオムレツ ○さつまいもサラダ ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○メンチカツ ○三色浅漬け ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの塩焼き ○里芋のごま味噌煮 ○白花豆	○バターライス ○コンソメスープ ○ハヤシライス風 ○マンゴー	○米飯 ○みそ汁 ○和風ハンバーグ ○もやしのナムル ○ヤクルト
<b>栄養 量 目 安</b>	[ エネルギー ] 1575 kcal [ タンパク質 ] 66.3 g [ 脂 質 ] 34.1 g [ 炭水化物 ] 241.4 g [ 塩 分 ] 8.1 g	[ エネルギー ] 1559 kcal [ タンパク質 ] 62.5 g [ 脂 質 ] 36.7 g [ 炭水化物 ] 223.0 g [ 塩 分 ] 8.3 g	[ エネルギー ] 1740 kcal [ タンパク質 ] 59.1 g [ 脂 質 ] 56.5 g [ 炭水化物 ] 247.5 g [ 塩 分 ] 9.3 g	[ エネルギー ] 1634 kcal [ タンパク質 ] 53.1 g [ 脂 質 ] 45.8 g [ 炭水化物 ] 243.7 g [ 塩 分 ] 6.7 g	[ エネルギー ] 1596 kcal [ タンパク質 ] 70.0 g [ 脂 質 ] 36.1 g [ 炭水化物 ] 239.3 g [ 塩 分 ] 8.4 g	[ エネルギー ] 1690 kcal [ タンパク質 ] 53.7 g [ 脂 質 ] 53.4 g [ 炭水化物 ] 239.4 g [ 塩 分 ] 8.6 g	[ エネルギー ] 1597 kcal [ タンパク質 ] 63.3 g [ 脂 質 ] 41.2 g [ 炭水化物 ] 239.2 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： 2019年03月04日(月) ～ 2019年03月10日(日)

	3月4日(月)	3月5日(火)	3月6日(水)	3月7日(木)	3月8日(金)	3月9日(土)	3月10日(日)
<b>朝食</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○みそ汁</li> <li>○肉団子</li> <li>○白菜のクリーム煮</li> <li>○しそ昆布</li> <li>○牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○みそ汁</li> <li>○目玉焼き</li> <li>○刻昆布の炒め煮</li> <li>○桜漬け</li> <li>○牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○みそ汁</li> <li>○納豆</li> <li>○ひきなすり</li> <li>○かつば漬け</li> <li>○牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○みそ汁</li> <li>○温泉卵</li> <li>○豆腐とひじきの炒り煮</li> <li>○つぼ漬け</li> <li>○牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○みそ汁</li> <li>○とろろ芋</li> <li>○キャベツとペーコンのソテー</li> <li>○かつば漬け</li> <li>○牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○みそ汁</li> <li>○高野と枝豆の卵とじ</li> <li>○味噌マヨネーズ和え</li> <li>○梅干</li> <li>○牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○みそ汁</li> <li>○納豆</li> <li>○チンゲン菜のお浸し</li> <li>○たくあん漬け</li> <li>○牛乳</li> </ul>
<b>昼食</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○鯔の韓国風味噌焼き</li> <li>○春雨の中華サラダ</li> <li>○パイナップル</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○ぶりの幽庵焼き</li> <li>○長芋のかにあんかけ</li> <li>○オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○鱈の野菜甘酢あんかけ</li> <li>○チンゲン菜の生姜和え</li> <li>○りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○ポークチャップ</li> <li>○Sごぼうサラダ</li> <li>○パイナップル</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○肉豆腐</li> <li>○マカロニサラダ</li> <li>○マンゴープリン</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○五目ごはん</li> <li>○赤魚の煮付け</li> <li>○キャベツの胡麻サラダ</li> <li>○りんごのコンポート</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○チキンのクリーム煮</li> <li>○きのこソテー</li> <li>○フルーツカクテル</li> </ul>
<b>夕食</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ワッフル</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○タルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○あんパン</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ドームケーキ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ミニエクレア</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○せんべい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ココアワッフル</li> </ul>
<b>夕食</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○みそ汁</li> <li>○かに玉</li> <li>○キャベツとツナの和え物</li> <li>○キウイフルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○みそ汁</li> <li>○鶏肉のさっぱり煮</li> <li>○チンゲン菜と絹揚げ煮</li> <li>○ジュース</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○みそ汁</li> <li>○豚肉の卵とじ煮</li> <li>○温奴</li> <li>○ピーナツ和え</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○カレーライス</li> <li>○福神漬</li> <li>○レタスとコーンサラダ</li> <li>○フルーツヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○みそ汁</li> <li>○ほっけの七味焼き</li> <li>○じゃが芋のそぼろ煮</li> <li>○野沢菜漬</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○みそ汁</li> <li>○鶏肉のタルタルがけ</li> <li>○大根のピリ辛炒め</li> <li>○ヤクルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○みそ汁</li> <li>○たらの梅みそ焼き</li> <li>○かぼちゃサラダ</li> <li>○高菜漬け</li> </ul>
<b>栄養量目安</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>[ エネルギー ] 1555 kcal</li> <li>[ タンパク質 ] 62.1 g</li> <li>[ 脂質 ] 37.8 g</li> <li>[ 炭水化物 ] 234.3 g</li> <li>[ 塩分 ] 8.0 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>[ エネルギー ] 1607 kcal</li> <li>[ タンパク質 ] 63.1 g</li> <li>[ 脂質 ] 38.1 g</li> <li>[ 炭水化物 ] 242.4 g</li> <li>[ 塩分 ] 7.3 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>[ エネルギー ] 1630 kcal</li> <li>[ タンパク質 ] 66.9 g</li> <li>[ 脂質 ] 44.5 g</li> <li>[ 炭水化物 ] 232.6 g</li> <li>[ 塩分 ] 7.4 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>[ エネルギー ] 1899 kcal</li> <li>[ タンパク質 ] 57.7 g</li> <li>[ 脂質 ] 62.7 g</li> <li>[ 炭水化物 ] 252.1 g</li> <li>[ 塩分 ] 8.4 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>[ エネルギー ] 1720 kcal</li> <li>[ タンパク質 ] 59.6 g</li> <li>[ 脂質 ] 55.6 g</li> <li>[ 炭水化物 ] 221.1 g</li> <li>[ 塩分 ] 7.5 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>[ エネルギー ] 1617 kcal</li> <li>[ タンパク質 ] 60.0 g</li> <li>[ 脂質 ] 35.3 g</li> <li>[ 炭水化物 ] 242.9 g</li> <li>[ 塩分 ] 10.1 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>[ エネルギー ] 1651 kcal</li> <li>[ タンパク質 ] 63.1 g</li> <li>[ 脂質 ] 43.6 g</li> <li>[ 炭水化物 ] 234.4 g</li> <li>[ 塩分 ] 7.8 g</li> </ul>

\* 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： 2019年03月11日(月) ～ 2019年03月17日(日)

	3月11日(月)	3月12日(火)	3月13日(水)	3月14日(木)	3月15日(金)	3月16日(土)	3月17日(日)
<b>朝 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○白菜の炒め煮 ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ツナじゃが ○小松菜のお浸し ○たらこ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○にらと卵の炒め ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○野菜ソテー ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鮭フレーク ○キャベツさっと煮 ○うずら豆の甘煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○チンゲン菜のお浸し ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○厚焼き卵 ○ソーセージと野菜のソテー ○のり佃煮 ○牛乳
<b>昼 食</b>	○米飯 ○鮭のごましょうゆ焼き ○ジャーマンポテト ○オレンジ  ○カップケーキ	○豚肉のこってり煮丼 ○みそ汁 ○白菜と茸のポン酢風味 ○杏仁豆腐マゴースソース  ○たいやき	○米飯 ○照り焼チーフインバーグ ○マカロニサラダ ○洋なし缶  ○抹茶かん	○米飯 ○さばのピリ辛漬け焼き ○大根のきんぴら ○りんごのコンポート  ○マロンワッフル	○中華丼 ○ほうれん草ツマヨ和え ○オレンジ  ○どらやき	○菜飯 ○かにクリームコロッケ ○生揚げ炒り煮 ○ヨーグルトいちごソース  ○チーズババロアシュー	○米飯 ○豚肉のごまみそ煮 ○長芋の梅しそ和え ○ジョア  ○コーヒーゼリー
<b>夕 食</b>	○米飯 ○みそ汁  ○豚肉と茸の彩り炒め ○豆腐の田楽 ○つぼ漬け	○米飯 ○みそ汁  ○ぶりの照り焼き ○里芋のごま味噌がけ ○ジュース	○菜飯 ○みそ汁  ○赤魚の粕漬け焼き ○ふきの炒り煮 ○バナナヨーグルト	○米飯 ○みそ汁  ○鶏肉のコンマヨ焼き ○菜の花のお浸し ○さつま芋のほろ煮	○米飯 ○みそ汁  ○鱈の西京漬焼き ○豆腐のきのこあんかけ ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁  ○鶏肉の香味ソース ○ポテトサラダ ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁  ○たららの塩麹漬け ○Sごぼうサラダ ○野菜菜漬
<b>栄養 量 目 安</b>	[ エネルギー ] 1646 kcal [ タンパク質 ] 62.2 g [ 脂 質 ] 53.7 g [ 炭水化物 ] 222.7 g [ 塩 分 ] 8.8 g	[ エネルギー ] 1746 kcal [ タンパク質 ] 58.7 g [ 脂 質 ] 50.7 g [ 炭水化物 ] 240.0 g [ 塩 分 ] 9.4 g	[ エネルギー ] 1612 kcal [ タンパク質 ] 59.9 g [ 脂 質 ] 45.3 g [ 炭水化物 ] 233.2 g [ 塩 分 ] 8.0 g	[ エネルギー ] 1618 kcal [ タンパク質 ] 68.4 g [ 脂 質 ] 47.5 g [ 炭水化物 ] 218.3 g [ 塩 分 ] 6.9 g	[ エネルギー ] 1694 kcal [ タンパク質 ] 66.3 g [ 脂 質 ] 43.9 g [ 炭水化物 ] 250.7 g [ 塩 分 ] 9.1 g	[ エネルギー ] 1692 kcal [ タンパク質 ] 49.9 g [ 脂 質 ] 48.8 g [ 炭水化物 ] 248.6 g [ 塩 分 ] 9.4 g	[ エネルギー ] 1647 kcal [ タンパク質 ] 66.6 g [ 脂 質 ] 45.3 g [ 炭水化物 ] 228.8 g [ 塩 分 ] 8.2 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： 2019年03月18日(月) ～ 2019年03月24日(日)

	3月18日(月)	3月19日(火)	3月20日(水)	3月21日(木)	3月22日(金)	3月23日(土)	3月24日(日)
<b>朝 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○高野と枝豆の卵とじ ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚西京焼き ○ひきないり ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○ほうれん草のお浸し ○たらこ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○野菜炒め ○しば漬 ○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 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(鮭) ○白菜の中華煮 ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳
<b>昼 食</b>	○米飯 ○豚肉の柳川風 ○しらすおろし ○バナナヨーグルト  ○黒糖まんじゅう	○カレーライス ○福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○パイナップル  ○せんべい	○米飯 ○鮭のクリーム煮 ○ﾌﾟﾛｯｸﾘｰ-かにかまｸﾞﾗｸﾞ ○カクテルゼリー  ○肉まん	○山菜御飯 ○あじの味噌漬焼き ○じゃが芋と油麩の煮物 ○胡瓜のしその実漬け  ○水ようかん	○米飯 ○鮭の塩麹焼き ○小松菜の菊花和え ○大学いも  ○ワッフル	○米飯 ○和風玉子焼き ○レタスのサラダ ○キウイフルーツ  ○ババロア	○米飯 ○豚肉の塩麹炒め ○刻昆布の炒め煮 ○アセロラゼリー  ○お茶まんじゅう
<b>夕 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○かれいのしそ味噌焼き ○真砂炒り ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○ホキ味噌漬け焼き ○ふきの煮物 ○ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉カレー風味焼き ○蒸し豆腐あんかけ ○きゅうりの酢の物	○米飯 ○みそ汁 ○回鍋肉 ○卵豆腐 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉の香味ソース ○ハムとじゃが芋の炒め ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉となすの炒め煮 ○温奴 ○かつば漬け	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○肉じゃが ○ジュース
<b>栄養 量 目 安</b>	[エネルギー] 1660 kcal [タンパク質] 64.2 g [脂質] 47.0 g [炭水化物] 239.0 g [塩分] 7.8 g	[エネルギー] 1656 kcal [タンパク質] 53.8 g [脂質] 38.1 g [炭水化物] 268.9 g [塩分] 9.0 g	[エネルギー] 1700 kcal [タンパク質] 75.0 g [脂質] 43.8 g [炭水化物] 243.6 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1633 kcal [タンパク質] 63.6 g [脂質] 43.8 g [炭水化物] 238.5 g [塩分] 8.1 g	[エネルギー] 1609 kcal [タンパク質] 59.8 g [脂質] 33.8 g [炭水化物] 254.1 g [塩分] 7.9 g	[エネルギー] 1694 kcal [タンパク質] 56.5 g [脂質] 57.5 g [炭水化物] 231.7 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1630 kcal [タンパク質] 57.6 g [脂質] 42.5 g [炭水化物] 241.8 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： 2019年03月25日(月) ～ 2019年03月31日(日)

	3月25日(月)	3月26日(火)	3月27日(水)	3月28日(木)	3月29日(金)	3月30日(土)	3月31日(日)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○小松菜のお浸し ○しそ昆布 ○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 ○温泉卵 ○根菜の煮物 ○かつば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○一口がんもの煮物 ○小松菜のお浸し ○たらこ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鯖の塩焼き ○キャベツの塩炒め ○桜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ソーゼツと野菜のソー ○たくあん漬 ○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 ○鯖の味噌煮 ○スパゲッティサラダ ○りんごのコンポート  ○チョコパン	○米飯 ○メンチカツ ○辛子和え(なばな) ○ピーチフルーチェ  ○せんべい	○米飯 ○厚揚げの生姜そぼろ煮 ○きゅうりの浅漬 ○オレンジ  ○ミニエクレア	○米飯 ○鮭のごましょうゆ焼き ○さつまいもサラダ ○白菜と塩昆布のもみ漬  ○カステラ	○いくら・かにちらし ○清汁 ○大根の木の芽味噌かけ ○二色杏仁ゼリー ○★月末御膳★  ○チーズババロアシュー	○米飯 ○蒸し鶏肉の南蛮漬 ○じゃが芋と油麩の煮物 ○オレンジ  ○パームクーヘン	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○かぶのあんかけ ○パイナップル  ○マロンワッフル
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○麻婆豆腐 ○胡瓜のしその実漬 ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○かわいいの煮魚 ○ブロッコリーのソテー ○うずら豆の甘煮	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の西京焼き ○ささみの胡麻だれがけ ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のキムチ炒め ○かぼちゃの甘煮 ○野沢菜漬	○チャーハン ○中華スープ ○えびシュウマイ ○ヤクルト	○菜飯 ○みそ汁 ○鱈のレモン焼き ○筑前煮 ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの塩焼き ○キャベツの味噌炒め ○白花生
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1660 kcal [タンパク質] 62.4 g [脂質] 48.0 g [炭水化物] 233.7 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1585 kcal [タンパク質] 51.7 g [脂質] 39.1 g [炭水化物] 250.5 g [塩分] 7.5 g	[エネルギー] 1494 kcal [タンパク質] 59.8 g [脂質] 39.3 g [炭水化物] 210.6 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1675 kcal [タンパク質] 60.4 g [脂質] 51.5 g [炭水化物] 230.9 g [塩分] 8.2 g	[エネルギー] 1604 kcal [タンパク質] 56.3 g [脂質] 47.9 g [炭水化物] 220.1 g [塩分] 10.3 g	[エネルギー] 1625 kcal [タンパク質] 76.5 g [脂質] 31.9 g [炭水化物] 250.6 g [塩分] 7.5 g	[エネルギー] 1571 kcal [タンパク質] 56.2 g [脂質] 39.8 g [炭水化物] 239.6 g [塩分] 7.2 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。