

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2020年06月01日(月) ～ 2020年06月07日(日)

	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月6日(土)	6月7日(日)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○キャベツとツナの和え物 ○しそ昆布 ○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	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○ひきないり ○胡瓜の醤油漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○つぼ漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○キャベツとベーコンのソテー ○かっぱ漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○刻昆布の炒め煮 ○桜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さわら西京漬焼き ○チンゲン菜のお浸し ○たくあん漬 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉のケチャップ炒め ○大根和風サラダ ○パン ○ワッフル	○米飯 ○肉豆腐 ○マカロニサラダ ○キウイフルーツ ○あんドーナツ	○米飯 ○炒の野菜甘酢あんかけ ○チンゲン菜の生姜和え ○オレンジ ○せんべい	○米飯 ○アジみりん焼き ○春雨の中華サラダ ○りんご ○やわらかクッキー	○米飯 ○鶏肉のさっぱり煮 ○ビーフソテー ○マンゴープリン ○ミニエクレア	○米飯 ○黄金かれいの煮付け ○キャベツの胡麻サラダ ○オレンジ ○プリン	○米飯 ○豚肉と茸の彩り炒め ○冷奴 ○フルーチェ(ぶどう) ○ココアワッフル
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけのみりん焼き ○じゃが芋のそぼろ煮 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○海老ボールのソテー煮 ○かぶぐず煮 ○ザーサイ	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の卵とじ煮 ○温奴 ○ぶどうジュース	○カレーライス ○*福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○フルーツヨーグルト	○米飯 ○みそ汁 ○竹のちゃんちゃん焼き ○かぼちゃの甘煮 ○野沢菜漬	○米飯 ○スープ ○鶏肉のタルタルがけ ○大根のピリ辛炒め ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○たらの梅みそ焼き ○ポテトサラダ ○りんごジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1634 kcal [タンパク質] 62.0 g [脂質] 43.1 g [炭水化物] 237.5 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1641 kcal [タンパク質] 51.0 g [脂質] 47.6 g [炭水化物] 245.8 g [塩分] 9.0 g	[エネルギー] 1554 kcal [タンパク質] 57.5 g [脂質] 35.2 g [炭水化物] 245.2 g [塩分] 7.1 g	[エネルギー] 1621 kcal [タンパク質] 58.8 g [脂質] 47.6 g [炭水化物] 222.3 g [塩分] 8.3 g	[エネルギー] 1616 kcal [タンパク質] 70.1 g [脂質] 42.6 g [炭水化物] 218.7 g [塩分] 7.8 g	[エネルギー] 1609 kcal [タンパク質] 63.0 g [脂質] 39.9 g [炭水化物] 230.6 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1608 kcal [タンパク質] 53.6 g [脂質] 47.1 g [炭水化物] 233.6 g [塩分] 7.5 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： 2020年06月08日(月) ～ 2020年06月14日(日)

	6月8日(月)	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	6月13日(土)	6月14日(日)
朝 食	○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 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○キャベツさっと煮 ○しその実漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○もやしカレーソテー ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○にらと卵の炒め ○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 ○さばの塩焼き ○ソーセージと野菜のソテー ○のり佃煮 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○竹のごましょうゆ焼き ○ジャーマンポテト ○りんごのコンポート ○クリームパン	○米飯 ○鶏肉の照り煮 ○白菜と茸のポン酢風味 ○パイ ○カップケーキ	○カレー風味ピラフ ○コーンポタージュ ○えびフライ ○抹茶ババロア ○◎父の日メニュー◎ ○季節の和菓子	○米飯 ○鶏の味噌漬け焼き ○じゃがたらサラダ ○オレンジ ○せんべい	○米飯 ○麻婆豆腐 ○三色浅漬け ○りんご ○あんドーナツ	○カレーライス ○*福神漬 ○カニ風味サラダ ○カクテルゼリー ○芋ようかん	○米飯 ○豚と野菜の胡麻味噌煮 ○長芋の梅しそ和え ○キウイフルーツ ○りんごのムース
夕 食	○米飯 ○中華スープ ○八宝菜 ○大根ほたてサラダ ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○麻婆なす ○かまかつとキャベツの炒め ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○酢の物 ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○さばのピリ辛漬け焼き ○大根のきんぴら ○胡瓜の醤油漬け	○米飯 ○みそ汁 ○肉じゃが ○ほうれん草のゴマ和え ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○和豆腐野菜ハンバーグ ○和風ポテトサラダ ○りんごジュース	○米飯 ○みそ汁 ○たらの塩麹漬け ○根菜の含め煮 ○野沢菜漬
栄養 量目 安	[エネルギー] 1723 kcal [タンパク質] 69.1 g [脂 質] 50.9 g [炭水化物] 237.9 g [塩 分] 9.4 g	[エネルギー] 1617 kcal [タンパク質] 60.9 g [脂 質] 42.2 g [炭水化物] 238.4 g [塩 分] 6.3 g	[エネルギー] 1641 kcal [タンパク質] 63.9 g [脂 質] 47.9 g [炭水化物] 234.1 g [塩 分] 8.7 g	[エネルギー] 1670 kcal [タンパク質] 72.5 g [脂 質] 48.5 g [炭水化物] 227.9 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1681 kcal [タンパク質] 63.7 g [脂 質] 47.6 g [炭水化物] 240.2 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1808 kcal [タンパク質] 48.3 g [脂 質] 46.0 g [炭水化物] 294.2 g [塩 分] 9.2 g	[エネルギー] 1487 kcal [タンパク質] 57.3 g [脂 質] 40.7 g [炭水化物] 214.9 g [塩 分] 7.9 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： 2020年06月15日(月) ～ 2020年06月21日(日)

	6月15日(月)	6月16日(火)	6月17日(水)	6月18日(木)	6月19日(金)	6月20日(土)	6月21日(日)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ひきないうり ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚西京焼き ○高野と枝豆の卵とじ ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○ほうれん草のお浸し ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○厚焼き卵 ○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 ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さばの塩焼き ○白菜の中華煮 ○かつば漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○牛肉コロッケ ○春雨の中華サラダ ○マンゴー ○黒糖まんじゅう	○中華丼 ○みそ汁 ○きゅうりの浅漬け ○いちごフルーチェ ○★複式献立の日★ ○B：味噌ラーメン ○チーズパバロアシュー	○米飯 ○鶏肉の和風おろし煮 ○レタスとコーンサラダ ○黄桃・キウイ ○プリン	○米飯 ○かれいの磯辺焼き ○青菜の炒め物 ○パイ ○芋ようかん	○天津丼 ○清汁 ○大根としらすの酢の物 ○オレンジ ○★複式献立の日★ ○B：冷 たぬきうどん ○ワッフル	○米飯 ○豚肉の塩麴炒め ○刻昆布の炒め煮 ○キウイフルーツ ○あんドーナツ	○米飯 ○豚肉となすの炒め煮 ○きゅうりの酢の物 ○カクテルゼリー ○お茶まんじゅう
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○回鍋肉 ○中華風冷奴 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○洋風玉子焼き ○レタスのサラダ ○しその実漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の辛子醤油焼き ○ごぼうサラダ ○ぶどうジュース	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の柳川風 ○しらすおろし ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉の香味ソース ○ハとじゃが芋の炒め物 ○高菜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○ゆず味噌焼き ○大根のたらこ炒め ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○かぼちゃの甘煮 ○たくあん漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1727 kcal [タンパク質] 60.6 g [脂 質] 53.5 g [炭水化物] 241.7 g [塩 分] 5.6 g	[エネルギー] 1516 kcal [タンパク質] 51.4 g [脂 質] 37.7 g [炭水化物] 229.7 g [塩 分] 9.4 g	[エネルギー] 1580 kcal [タンパク質] 68.3 g [脂 質] 33.4 g [炭水化物] 236.2 g [塩 分] 7.1 g	[エネルギー] 1637 kcal [タンパク質] 60.9 g [脂 質] 46.0 g [炭水化物] 236.9 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1443 kcal [タンパク質] 63.0 g [脂 質] 32.6 g [炭水化物] 215.6 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1650 kcal [タンパク質] 60.2 g [脂 質] 48.9 g [炭水化物] 234.8 g [塩 分] 8.5 g	[エネルギー] 1536 kcal [タンパク質] 53.5 g [脂 質] 41.1 g [炭水化物] 226.8 g [塩 分] 8.7 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： 2020年06月22日(月) ～ 2020年06月28日(日)

	6月22日(月)	6月23日(火)	6月24日(水)	6月25日(木)	6月26日(金)	6月27日(土)	6月28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 ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○一口がんもの煮物 ○小松菜のお浸し ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(サケ) ○キャベツの塩炒め ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○竹輪と大根の煮物 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○ソーゼツと野菜のソテー ○しば漬 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○白菜と胡瓜のもみ漬 ○フルーツヨーグルト ○やわらかクッキー	○米飯 ○鶏の味噌漬け焼き ○トマトサラダ ○キウイフルーツ ○バームクーヘン	○米飯 ○竹のごましょうゆ焼き ○さつまいもサラダ ○オレンジ ○あんパン	○米飯 ○若竹汁 ○天ぷら ○酢の物 ○杏仁豆腐フルーツ ○★お楽しみ献立★ ○季節の和菓子	○米飯 ○鯖の山椒焼き ○揚げなすのみそがけ ○みかんフルーチェ ○カステラ	○米飯 ○蒸たらの南蛮漬け ○白菜のもみ漬け ○パイ ○チーズババロアシュー	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○かぶのあんかけ ○黄桃・キウイ ○ココアワッフル
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○かれの煮魚 ○ブロッコリーとペーコンのソテー ○うずら豆の甘煮	○米飯 ○みそ汁 ○厚揚げの生姜そぼろ煮 ○ささみのドレがけ ○りんごジュース	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のキムチ炒め ○胡瓜のしその実漬け ○ヤクルト	○チャーハン ○中華スープ ○錦糸シュウマイ ○洋なし缶	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉と野菜の味噌煮 ○たまごサラダ ○ぶどうジュース	○わかめごはん ○みそ汁 ○かに玉 ○スパゲッティサラダ ○ザーサイ	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの塩焼き ○キャベツの味噌炒め ○ジョア
栄養 量目 安	[エネルギー] 1470 kcal [タンパク質] 57.2 g [脂 質] 34.8 g [炭水化物] 235.5 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1680 kcal [タンパク質] 69.1 g [脂 質] 42.5 g [炭水化物] 248.8 g [塩 分] 6.7 g	[エネルギー] 1688 kcal [タンパク質] 62.7 g [脂 質] 52.7 g [炭水化物] 231.2 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1637 kcal [タンパク質] 59.9 g [脂 質] 42.0 g [炭水化物] 247.4 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1702 kcal [タンパク質] 69.0 g [脂 質] 49.3 g [炭水化物] 238.8 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1523 kcal [タンパク質] 56.0 g [脂 質] 35.8 g [炭水化物] 228.2 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1626 kcal [タンパク質] 57.4 g [脂 質] 46.7 g [炭水化物] 234.7 g [塩 分] 7.3 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： 2020年06月29日(月) ～ 2020年07月05日(日)

	6月29日(月)	6月30日(火)	7月1日(水)	7月2日(木)	7月3日(金)	7月4日(土)	7月5日(日)
朝食	○米飯 ○みそ汁 ○炒り豆腐 ○ほうれん草のお浸し ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○物方西京焼き ○チンゲン菜の和風ドレ和え ○しそ昆布 ○牛乳					
昼食	○夏野菜カレーライス ○*福神漬 ○キャベツのツナサラダ ○杏仁フルーツ ○はちみつパンゼリー	○米飯 ○豚肉のケチャップ炒め ○大根和風サラダ ○りんご ○やわらかクッキー					
夕食	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○胡麻酢和え ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○サバの味噌煮 ○筑前煮 ○りんごジュース					
栄養量目安	[エネルギー] 1574 kcal [タンパク質] 59.8 g [脂質] 40.3 g [炭水化物] 237.1 g [塩分] 9.1 g	[エネルギー] 1653 kcal [タンパク質] 60.3 g [脂質] 45.7 g [炭水化物] 236.3 g [塩分] 6.9 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	[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。