

# 週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2021年06月01日(火) ～ 2021年06月07日(月)

	6月1日(火)	6月2日(水)	6月3日(木)	6月4日(金)	6月5日(土)	6月6日(日)	6月7日(月)
<b>朝 食</b>	○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 ○納豆 ○キャベツとピーマンのソテー ○つぼ漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○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 ○ふんわりエッグ ○白菜の炒め煮 ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さわら西京漬焼き ○キャベツとハム和え ○たくあん漬 ○牛乳
<b>昼 食</b>	○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 ○肉じゃがコロケ ○チンゲン菜の生姜和え ○フルーツカクテル  ○せんべい	○米飯 ○鶏肉のさっぱり煮 ○大根和風サラダ ○オレンジ  ○やわらかクッキー	○米飯 ○鮭のマリネ ○春雨の中華サラダ ○マンゴープリン  ○ミニエクレア	○米飯 ○麻婆なす ○かにかとキャベツの炒め ○黄桃・キウイ  ○やわらかおかき	○米飯 ○豚肉のケチャップ炒め ○大根のピリ辛炒め ○フルーチェ(ぶどう)  ○ココアワッフル	○米飯 ○肉じゃが ○にらと卵の炒め ○りんごのコンポート  ○クリームパン
<b>夕 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○鯖の味噌煮 ○かぼちゃの甘煮 ○野沢菜漬	○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 ○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 ○鶏肉のタルタルがけ ○冷奴 ○りんごジュース	○米飯 ○みそ汁 ○たらの梅みそ焼き ○ポテトサラダ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○かに豆腐 ○ほうれん草のゴマ和え ○ザーサイ
<b>栄養 量 目 安</b>	[ エネルギー ] 1758 kcal [ タンパク質 ] 59.8 g [ 脂 質 ] 57.6 g [ 炭水化物 ] 243.0 g [ 塩 分 ] 7.8 g	[ エネルギー ] 1708 kcal [ タンパク質 ] 56.4 g [ 脂 質 ] 46.7 g [ 炭水化物 ] 243.9 g [ 塩 分 ] 6.1 g	[ エネルギー ] 1658 kcal [ タンパク質 ] 63.9 g [ 脂 質 ] 46.7 g [ 炭水化物 ] 229.2 g [ 塩 分 ] 7.7 g	[ エネルギー ] 1774 kcal [ タンパク質 ] 66.7 g [ 脂 質 ] 64.1 g [ 炭水化物 ] 214.5 g [ 塩 分 ] 7.7 g	[ エネルギー ] 1697 kcal [ タンパク質 ] 56.4 g [ 脂 質 ] 50.5 g [ 炭水化物 ] 247.9 g [ 塩 分 ] 6.9 g	[ エネルギー ] 1677 kcal [ タンパク質 ] 57.4 g [ 脂 質 ] 49.4 g [ 炭水化物 ] 239.6 g [ 塩 分 ] 8.2 g	[ エネルギー ] 1682 kcal [ タンパク質 ] 57.8 g [ 脂 質 ] 49.8 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： 2021年06月08日(火) ～ 2021年06月14日(月)

	6月8日(火)	6月9日(水)	6月10日(木)	6月11日(金)	6月12日(土)	6月13日(日)	6月14日(月)
<b>朝 食</b>	○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 ○ひきないり ○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	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○にらと卵の炒め ○かつば漬け ○牛乳
<b>昼 食</b>	○米飯 ○鶏肉の照り煮 ○白菜と茸のボン酢風味 ○杏仁豆腐  ○ワッフル	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○白菜と胡瓜のみみ漬 ○ピーチブルーチェ	○米飯 ○牛肉コロケ ○春雨の中華サラダ ○フルーツヨーグルト	○米飯 ○麻婆豆腐 ○三色浅漬け ○パイ	○米飯 ○豚肉の柳川風 ○しらすおろし ○カクテルゼリー	○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	○米飯 ○豆腐のピリ辛炒め ○カリフラワー炒め ○白桃缶
<b>夕 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○かわいいの煮付け ○キャベツの胡麻サラダ ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○酢の物 ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○回鍋肉 ○冷奴 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○鯖のごましょうゆ焼き ○ジャーマンポテト ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○和豆腐野菜ハンバーグ ○マカロニサラダ ○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	○米飯 ○みそ汁 ○かわいいの磯辺焼き ○大根のきんぴら ○胡瓜の醤油漬
<b>栄養 量目 安</b>	[エネルギー] 1466 kcal [タンパク質] 64.2 g [脂質] 23.4 g [炭水化物] 227.2 g [塩分] 7.5 g	[エネルギー] 1451 kcal [タンパク質] 56.9 g [脂質] 33.5 g [炭水化物] 243.5 g [塩分] 6.2 g	[エネルギー] 1672 kcal [タンパク質] 57.6 g [脂質] 52.9 g [炭水化物] 222.9 g [塩分] 5.3 g	[エネルギー] 1660 kcal [タンパク質] 73.3 g [脂質] 41.1 g [炭水化物] 240.2 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1725 kcal [タンパク質] 50.3 g [脂質] 45.4 g [炭水化物] 270.0 g [塩分] 7.4 g	[エネルギー] 1502 kcal [タンパク質] 56.1 g [脂質] 41.2 g [炭水化物] 218.5 g [塩分] 7.9 g	[エネルギー] 1604 kcal [タンパク質] 61.0 g [脂質] 42.5 g [炭水化物] 237.5 g [塩分] 6.4 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： 2021年06月15日(火) ～ 2021年06月21日(月)

	6月15日(火)	6月16日(水)	6月17日(木)	6月18日(金)	6月19日(土)	6月20日(日)	6月21日(月)
<b>朝 食</b>	○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 ○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 ○さばの塩焼き ○白菜の中華煮 ○かつば漬け ○牛乳
<b>昼 食</b>	○米飯 ○赤魚のおろし掛け ○油麩の卵とじ ○パイ  ○チーズババロアシュー	○山菜御飯 ○清汁 ○天ぷら盛合せ ○もみ漬け ○カクテルゼリー ○★リクエスト★  ○せんべい	○米飯 ○アジみりん焼き ○刻昆布の炒め煮 ○いちごフルーチェ  ○芋ようかん	○かつ丼 ○清汁 ○白菜とわかめの和え物 ○オレンジ ○★複式献立の日★ ○B: 冷やし中華  ○ワッフル	○米飯 ○竹のちゃんちゃん焼き ○ポテトサラダ ○キウイフルーツ  ○あんドーナツ	○米飯 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○かぼちゃの甘煮 ○杏仁豆腐フルーツ  ○お茶まんじゅう	○カレー風味ピラフ ○コーンポタージュ ○エビソース入りフライ ○2色のぶどうゼリー ○◎父の日メニュー◎  ○季節の和菓子
<b>夕 食</b>	○米飯 ○みそ汁  ○豚しゃぶの胡麻だれ  ○海鮮ブロッコリー炒め  ○しその実漬け	○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  ○豚肉となすの炒め煮  ○カニ風味サラダ  ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁  ○さばのピリ辛漬け焼き  ○青菜の炒め物  ○高菜漬け	○米飯 ○みそ汁  ○鶏肉の香味ソース  ○レタスのサラダ  ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁  ○豚肉のマスタード焼き  ○きゅうりの酢の物  ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁  ○厚揚げの生姜そぼろ煮  ○わかめの青じそ和え  ○たくあん漬け
<b>栄養 量 目 安</b>	[ エネルギー ] 1796 kcal [ タンパク質 ] 69.4 g [ 脂 質 ] 62.9 g [ 炭水化物 ] 217.2 g [ 塩 分 ] 7.4 g	[ エネルギー ] 1650 kcal [ タンパク質 ] 57.0 g [ 脂 質 ] 43.7 g [ 炭水化物 ] 249.0 g [ 塩 分 ] 9.0 g	[ エネルギー ] 1715 kcal [ タンパク質 ] 61.8 g [ 脂 質 ] 51.3 g [ 炭水化物 ] 241.6 g [ 塩 分 ] 8.6 g	[ エネルギー ] 1451 kcal [ タンパク質 ] 59.3 g [ 脂 質 ] 32.5 g [ 炭水化物 ] 215.0 g [ 塩 分 ] 7.6 g	[ エネルギー ] 1592 kcal [ タンパク質 ] 65.9 g [ 脂 質 ] 39.3 g [ 炭水化物 ] 237.1 g [ 塩 分 ] 7.7 g	[ エネルギー ] 1630 kcal [ タンパク質 ] 53.7 g [ 脂 質 ] 49.0 g [ 炭水化物 ] 238.5 g [ 塩 分 ] 7.2 g	[ エネルギー ] 1728 kcal [ タンパク質 ] 67.7 g [ 脂 質 ] 51.3 g [ 炭水化物 ] 245.1 g [ 塩 分 ] 10.4 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： 2021年06月22日(火) ～ 2021年06月28日(月)

	6月22日(火)	6月23日(水)	6月24日(木)	6月25日(金)	6月26日(土)	6月27日(日)	6月28日(月)
<b>朝 食</b>	○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 ○ソーセージと野菜のソテー ○しば漬 ○牛乳	○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
<b>昼 食</b>	○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: 冷 たぬきうどん  ○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 ○鶏肉と野菜の味噌煮 ○トマトサラダ ○抹茶パバロア  ○やわらかおかき	○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 ○豚肉の生姜炒め ○かぶのあんかけ ○パイ  ○チーズパバロアシュー	○米飯 ○蒸たらの南蛮漬け ○白菜のみみ漬け ○黄桃・キウイ  ○マロンワッフル	○米飯 ○鶏とアスパラ黒胡椒炒め ○シーザーサラダ ○夏みかん缶  ○マドレーヌ
<b>夕 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○かれいの煮魚 ○ブロッコリーとパセリのソテー ○しそ昆布	○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	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の辛子醤油焼き ○ごぼうサラダ ○うずら豆の甘煮	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉とキャベツの炒め煮 ○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	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○胡麻酢和え ○野沢菜漬
<b>栄養 量 目 安</b>	[ エネルギー ] 1706 kcal [ タンパク質 ] 59.3 g [ 脂 質 ] 51.3 g [ 炭水化物 ] 244.6 g [ 塩 分 ] 8.9 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 ] 7.3 g	[ エネルギー ] 1563 kcal [ タンパク質 ] 66.6 g [ 脂 質 ] 32.4 g [ 炭水化物 ] 237.4 g [ 塩 分 ] 7.2 g	[ エネルギー ] 1830 kcal [ タンパク質 ] 61.9 g [ 脂 質 ] 67.7 g [ 炭水化物 ] 235.5 g [ 塩 分 ] 6.6 g	[ エネルギー ] 1789 kcal [ タンパク質 ] 61.1 g [ 脂 質 ] 60.7 g [ 炭水化物 ] 231.2 g [ 塩 分 ] 9.0 g	[ エネルギー ] 1405 kcal [ タンパク質 ] 56.1 g [ 脂 質 ] 24.2 g [ 炭水化物 ] 235.2 g [ 塩 分 ] 7.1 g	[ エネルギー ] 1443 kcal [ タンパク質 ] 67.1 g [ 脂 質 ] 28.7 g [ 炭水化物 ] 220.4 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。

# 週間予定献立表 (さくら館)

期間： 2021年06月29日(火) ～ 2021年07月05日(月)

	6月29日(火)	6月30日(水)	7月1日(木)	7月2日(金)	7月3日(土)	7月4日(日)	7月5日(月)
朝食	○米飯 ○みそ汁 ○かつ西京焼き ○フグの菜の和風ﾄﾞﾚ和え ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○オムレツ ○豆腐とひじきの炒り煮 ○梅干 ○牛乳					
昼食	○米飯 ○肉団子の中華風煮 ○大根和風サラダ ○キウイフルーツ  ○やわらかクッキー	○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  ○黒糖まんじゅう					
夕食	○米飯 ○みそ汁 ○サバの味噌煮 ○筑前煮 ○りんごジュース	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚のおろし煮 ○セロリの香り炒め ○たくあん漬け					
栄養量目安	[エネルギー] 1532 kcal [タンパク質] 57.6 g [脂質] 33.3 g [炭水化物] 239.6 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1672 kcal [タンパク質] 57.7 g [脂質] 46.3 g [炭水化物] 249.5 g [塩分] 10.6 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	[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。