

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2021年07月01日(木) ～ 2021年07月07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)	7月6日(火)	7月7日(水)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○刻昆布の炒め煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の塩焼き ○炒り煮 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○白菜とツナの炒り煮 ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五目厚焼き卵 ○仏とじゃが芋の炒め物 ○高菜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ごぼう炒め ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○チンゲン菜のお浸し ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○ひじき煮 ○かつば漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉とキャベツの炒め煮 ○大根和風サラダ ○オレンジ ○チーズババロアシュール	○米飯 ○鶏肉トマト煮 ○シーザーサラダ ○夏みかん缶 ○せんべい	○米飯 ○アジの韓国風味噌焼き ○筑前煮 ○カクテルゼリー ○コーヒーゼリー	○米飯 ○鶏肉の甘酢だれがけ ○青菜のゴマ和え ○ザーサイ ○チョコパン	○米飯 ○麻婆なす ○菜の花の白和え ○パイナップル ○せんべい	○米飯 ○アボカドコロケ ○水菜サラダ ○オレンジ ○★おすすめメニュー★ ○あんドーナツ	○エビ山椒ちりめんご飯 ○清汁 ○星型ハンバーグ ○オクラのおかか和え ○セタゼリー ○★セタメニュー★ ○季節の和菓子
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○かに玉 ○ポテトサラダ ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○和風ハンバーグ ○冷奴 ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉と春雨の甘辛炒め ○キャベツ塩だれ和え ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○かれいのムニエル ○油麩の卵とじ ○かつば漬け	○米飯 ○みそ汁 ○竹のごましょうゆ焼き ○肉じゃが ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけのみりん焼き ○じゃが芋ベーコン蒸し ○しば漬	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の卵とじ煮 ○酢の物 ○ヤクルト
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1830 kcal [タンパク質] 66.4 g [脂 質] 63.0 g [炭水化物] 232.4 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1520 kcal [タンパク質] 62.4 g [脂 質] 35.6 g [炭水化物] 226.4 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1682 kcal [タンパク質] 68.4 g [脂 質] 44.0 g [炭水化物] 242.6 g [塩 分] 7.0 g	[エネルギー] 1509 kcal [タンパク質] 61.0 g [脂 質] 39.5 g [炭水化物] 217.8 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1705 kcal [タンパク質] 60.9 g [脂 質] 48.9 g [炭水化物] 248.5 g [塩 分] 8.2 g	[エネルギー] 1504 kcal [タンパク質] 49.6 g [脂 質] 37.6 g [炭水化物] 234.2 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1710 kcal [タンパク質] 59.1 g [脂 質] 47.9 g [炭水化物] 241.6 g [塩 分] 9.0 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。

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2021年07月08日(木) ～ 2021年07月14日(水)

	7月8日(木)	7月9日(金)	7月10日(土)	7月11日(日)	7月12日(月)	7月13日(火)	7月14日(水)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○厚焼き卵 ○切干大根の煮物 ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚西京焼き ○キャベツと卵のソテー ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○刻昆布の炒め煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の塩焼き ○炒り煮 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○がんも煮 ○チンゲン菜のお浸し ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソテー ○竹輪と大根の煮物 ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○スクランブルエッグ ○煮びたし ○しそ昆布 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鶏肉のさっぱり煮 ○奴豆腐 ○みかんヨーグルト ○ワッフル	○温玉しらす丼 ○清汁 ○昆布茶和え ○いちごフルーチェ ○★複式献立の日★ ○サラダそうめん ○やわらかおかき	○米飯 ○鮭の青海苔マヨ焼き ○ごぼうの南蛮炒め ○すいか ○カステラ	○米飯 ○とり肉のねぎソースかけ ○マカロニサラダ ○キウイフルーツ ○お茶まんじゅう	○米飯 ○豚肉のマスタード焼き ○洋風炒り豆腐 ○黄桃缶 ○チーズババロアシュール	○牛丼 ○みそ汁 ○春菊のごま和え ○カクテルゼリー ○★複式献立の日★ ○冷やし中華 ○マドレーヌ	○米飯 ○焼き肉 ○ほうれん草わさび和え ○パイン ○ミニエクレア
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○サバのカレー焼き ○キャベツのスープ煮 ○金時豆	○米飯 ○玉子スープ ○おろしハンバーグ ○アスパラの炒め物 ○ぶどうジュース	○米飯 ○スープ ○かれいの味噌焼き ○ジャーマンポテト ○高菜漬け	○カレーライス ○福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○ジョア	○菜飯 ○みそ汁 ○あじの梅煮 ○和風卵焼き 副菜 ○りんごジュース	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉入り野菜炒め ○きゅうりの酢の物 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけみりん漬け焼き ○ポテトサラダ ○しその実漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1668 kcal [タンパク質] 82.4 g [脂 質] 41.7 g [炭水化物] 230.1 g [塩 分] 6.6 g	[エネルギー] 1825 kcal [タンパク質] 70.4 g [脂 質] 35.7 g [炭水化物] 298.2 g [塩 分] 11.8 g	[エネルギー] 1579 kcal [タンパク質] 61.5 g [脂 質] 41.3 g [炭水化物] 232.8 g [塩 分] 8.8 g	[エネルギー] 1672 kcal [タンパク質] 64.1 g [脂 質] 46.0 g [炭水化物] 242.8 g [塩 分] 8.7 g	[エネルギー] 1791 kcal [タンパク質] 66.3 g [脂 質] 65.1 g [炭水化物] 223.7 g [塩 分] 9.1 g	[エネルギー] 2045 kcal [タンパク質] 69.0 g [脂 質] 48.7 g [炭水化物] 319.5 g [塩 分] 12.4 g	[エネルギー] 1689 kcal [タンパク質] 57.6 g [脂 質] 54.2 g [炭水化物] 222.9 g [塩 分] 8.4 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07月15日(木) ～ 2021年07月21日(水)

	7月15日(木)	7月16日(金)	7月17日(土)	7月18日(日)	7月19日(月)	7月20日(火)	7月21日(水)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○野菜炒め ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○青菜と油揚げの炒り煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○チンゲン菜のごま和え ○たらこ ○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 ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○厚焼き卵 ○キャベツさっと煮 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○じゃが芋のそぼろ煮 ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○ソーセージと野菜のソテー ○梅干 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○和風ハンバーグ ○キャベツの塩炒め ○黄桃・キウイ ○せんべい	○米飯 ○肉団子と野菜の黒酢ア ○キャベツ塩だれ和え ○白桃缶 ○抹茶ババロア	○米飯 ○豚肉のオイスター炒め ○もやしのナムル ○杏仁豆腐マゴースソース ○芋ようかん	○米飯 ○竹のごましょうゆ焼き ○トマト ○白桃ヨーグルト ○ミニエクレア	○米飯 ○サバの味噌煮 ○お浸し ○すいか ○紅茶ケーキ	○米飯 ○焼き肉 ○三色浅漬け ○パイナップル ○マロンワッフル	○★さくら納涼祭メニュー★ ○白身魚フライ ○きゅうり漬け ○オレンジ ○焼きそば ○バームクーヘン
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○鶏の味噌漬け焼き ○冷奴 ○ぶどうジュース	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の煮付け ○胡瓜とかぶの酢の物 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○たらめの梅みそ焼き ○豆腐とカニの卵とじ ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉の香味ソース ○ハムとじゃが芋の炒め物 ○ジョア	○カレーライス ○*福神漬 ○うま塩サラダ ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○サケの塩焼き ○彩りサラダ ○うぐいす豆	○米飯 ○みそ汁 ○かに玉 ○ほうれん草なめ茸和え ○りんごジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1614 kcal [タンパク質] 61.5 g [脂 質] 38.0 g [炭水化物] 247.4 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1491 kcal [タンパク質] 58.2 g [脂 質] 31.9 g [炭水化物] 234.7 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1604 kcal [タンパク質] 60.2 g [脂 質] 38.2 g [炭水化物] 244.6 g [塩 分] 9.2 g	[エネルギー] 1508 kcal [タンパク質] 64.9 g [脂 質] 33.6 g [炭水化物] 218.0 g [塩 分] 6.9 g	[エネルギー] 1667 kcal [タンパク質] 62.5 g [脂 質] 45.8 g [炭水化物] 244.4 g [塩 分] 6.9 g	[エネルギー] 1665 kcal [タンパク質] 62.9 g [脂 質] 48.9 g [炭水化物] 230.6 g [塩 分] 5.7 g	[エネルギー] 1909 kcal [タンパク質] 67.5 g [脂 質] 51.6 g [炭水化物] 285.1 g [塩 分] 10.9 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： 2021年07月22日(木) ～ 2021年07月28日(水)

	7月22日(木)	7月23日(金)	7月24日(土)	7月25日(日)	7月26日(月)	7月27日(火)	7月28日(水)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソテー ○豆腐とひじきの炒り煮 ○豆昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○ひきなすり ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の西京焼き ○白菜とさつま揚げ炒り煮 ○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 ○小松菜のお浸し ○みそ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○ごぼう炒め ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○切干大根の煮物 ○しその実漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○しば漬 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○あじの梅煮 ○豚肉と舞茸のきんぴら ○キウイフルーツ ○抹茶かん	○米飯 ○豚肉のオイスター煮 ○「ロコリー」かにかまサダ ○マンゴープリン ○せんべい	○米飯 ○鶏のみそバター焼き ○マカロニサラダ ○フルーチェ(ぶどう) ○クリームパン	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○長芋きざみとろろ ○キウイフルーツ ○ワッフル	○米飯 ○麻婆豆腐 ○ビーフンソテー ○オレンジ ○ココアワッフル	○米飯 ○豚と野菜の胡麻味噌煮 ○もずくの酢の物 ○フルーツカクテル ○バームクーヘン	○うなぎちらし寿司 ○清汁 ○「ロベヤ」と長芋の和え物 ○アセロラゼリー ○★土用の丑の日★ ○ロールケーキ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子の中華風煮 ○かぼちゃの甘煮 ○桜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○たらの卵マヨネーズ焼き ○酢の物 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○鱈の煮付け ○ところてん ○りんごジュース	○米飯 ○みそ汁 ○あじの唐揚げ野菜あん ○春雨マヨネーズ ○高菜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○サバのねぎ味噌焼き ○根菜の含め煮 ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○たらの香草パン粉焼き ○マカロニケチャップソテー ○みそ漬け	○チャーハン ○ワカメきのこスープ ○豆腐しゅうまい ○ぶどうジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1578 kcal [タンパク質] 58.0 g [脂 質] 39.0 g [炭水化物] 243.3 g [塩 分] 9.6 g	[エネルギー] 1734 kcal [タンパク質] 62.2 g [脂 質] 54.3 g [炭水化物] 240.3 g [塩 分] 7.0 g	[エネルギー] 1610 kcal [タンパク質] 66.7 g [脂 質] 32.3 g [炭水化物] 251.1 g [塩 分] 8.5 g	[エネルギー] 1583 kcal [タンパク質] 50.4 g [脂 質] 48.1 g [炭水化物] 227.0 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1664 kcal [タンパク質] 63.6 g [脂 質] 45.8 g [炭水化物] 236.2 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1690 kcal [タンパク質] 59.2 g [脂 質] 50.1 g [炭水化物] 232.6 g [塩 分] 8.5 g	[エネルギー] 1575 kcal [タンパク質] 59.9 g [脂 質] 41.6 g [炭水化物] 235.5 g [塩 分] 8.4 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07月29日(木) ～ 2021年08月04日(水)

	7月29日(木)	7月30日(金)	7月31日(土)	8月1日(日)	8月2日(月)	8月3日(火)	8月4日(水)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○大根のツナ煮 ○たくあん漬け ○牛乳	○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 ○しば漬 ○牛乳				
昼 食	○米飯 ○親子煮 ○ところてん ○オレンジ ○ワッフル	○米飯 ○サケの塩焼き ○かぼちゃサラダ ○洋梨ヨーグルト和え ○あんドーナツ	○米飯 ○野菜コロッケ ○グリーンサラダ ○パイン缶・キウイ ○コーヒーゼリー				
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの山椒味噌焼き ○ポテトサラダ ○うぐいす豆	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のケチャップ煮 ○冷奴 ○野沢菜漬	○米飯 ○中華スープ ○回鍋肉 ○胡瓜のしその実漬け ○ジョア				
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1633 kcal [タンパク質] 64.4 g [脂 質] 36.8 g [炭水化物] 250.4 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1714 kcal [タンパク質] 59.5 g [脂 質] 56.0 g [炭水化物] 229.1 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1587 kcal [タンパク質] 49.2 g [脂 質] 43.4 g [炭水化物] 243.8 g [塩 分] 7.3 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。