

週間予定献立表 (さくら館)

期間： 2021年08月01日(日) ～ 2021年08月07日(土)

	8月1日(日)	8月2日(月)	8月3日(火)	8月4日(水)	8月5日(木)	8月6日(金)	8月7日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○さわら西京漬け焼き ○白菜の炒め煮 ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○ソーゼージと野菜のソテー ○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 ○納豆 ○ひきないり ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○揚出し豆腐の甘辛煮 ○ほうれん草のお浸し ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○にらと卵の炒め ○桜漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鶏肉和風和ソース ○スパサラダ(ツナ) ○オレンジ ○やわらかクッキー	○米飯 ○竹のみそバター焼き ○胡麻和え ○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 ○海軍カレーコロッケ ○ほうれん草わさび和え ○すいか ○★おすすめメニュー★ ○アイス風デザート	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○レタスと貝割れのサラダ ○黄桃缶 ○チーズババロアシュー	○カレーライス ○*福神漬 ○キャベツの胡麻サラダ ○★デザートフェア★ ○ワッフル	○米飯 ○鶏肉トマト煮 ○きゅうりの浅漬け ○白桃缶 ○カステラ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○白身魚のピカタ ○麻婆春雨 ○大根甘酢漬け	○米飯 ○みそ汁 ○チンジャオロース ○杓の草と加のナムル ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○サバの塩焼き ○中華風和え物 ○かっぱ漬け	○米飯 ○みそ汁 ○親子煮 ○大根の肉味噌がけ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○あじの南蛮漬け ○キャベツのトマト煮 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○サケの塩焼き ○マカロニサラダ ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけみりん漬け焼き ○アスパラの炒め物 ○しそ昆布
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1566 kcal [タンパク質] 65.4 g [脂質] 38.2 g [炭水化物] 226.2 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1659 kcal [タンパク質] 62.7 g [脂質] 48.5 g [炭水化物] 235.1 g [塩分] 6.5 g	[エネルギー] 1695 kcal [タンパク質] 58.1 g [脂質] 53.2 g [炭水化物] 236.3 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1622 kcal [タンパク質] 64.6 g [脂質] 39.4 g [炭水化物] 246.2 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1694 kcal [タンパク質] 64.2 g [脂質] 54.8 g [炭水化物] 216.6 g [塩分] 8.0 g	[エネルギー] 1702 kcal [タンパク質] 56.9 g [脂質] 49.5 g [炭水化物] 241.1 g [塩分] 8.8 g	[エネルギー] 1427 kcal [タンパク質] 61.3 g [脂質] 25.7 g [炭水化物] 229.3 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08月08日(日) ～ 2021年08月14日(土)

	8月8日(日)	8月9日(月)	8月10日(火)	8月11日(水)	8月12日(木)	8月13日(金)	8月14日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○大根そぼろ煮 ○野沢菜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○小松菜のお浸し ○金時豆 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○高野と枝豆の卵とじ ○温野菜サラダ ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○ほうれん草のお浸し ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○ハムと刺し草のバターソテー ○つぼ漬け ○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 ○梅干 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○たらの香草パン粉焼き ○うの花 ○黄桃缶 ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○サバの塩焼き ○野菜のかにあんかけ ○トマト ○ココアワッフル	○米飯 ○とり肉のねぎソースかけ ○大根と車麩のうま煮 ○オレンジ ○やわらかおかき	○米飯 ○麻婆なす ○きゅうりの浅漬け ○ピーチフルーチェ ○アイス風デザート	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○たまごサラダ ○すいか ○紅茶ケーキ	○米飯 ○天ぷら ○刻昆布の炒め煮 ○みそ豆 ○サイダーゼリー ○★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 ○芋ようかん
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○肉豆腐 ○トマトサラダ ○しば漬	○米飯 ○みそ汁 ○焼き肉 ○冷奴 ○りんごジュース	○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	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のさっぱり煮 ○含め煮 ○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 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○さわらの韓国風味噌煮 ○わかめの中華和え ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○グリルドチキンマトリス ○ポテトサラダ ○しそ昆布
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1618 kcal [タンパク質] 56.9 g [脂 質] 46.7 g [炭水化物] 234.4 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1684 kcal [タンパク質] 61.9 g [脂 質] 52.3 g [炭水化物] 227.7 g [塩 分] 6.4 g	[エネルギー] 1564 kcal [タンパク質] 71.7 g [脂 質] 32.3 g [炭水化物] 237.2 g [塩 分] 7.0 g	[エネルギー] 1671 kcal [タンパク質] 63.3 g [脂 質] 50.9 g [炭水化物] 230.3 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1648 kcal [タンパク質] 53.5 g [脂 質] 52.5 g [炭水化物] 255.9 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1668 kcal [タンパク質] 74.9 g [脂 質] 38.5 g [炭水化物] 249.2 g [塩 分] 9.3 g	[エネルギー] 1573 kcal [タンパク質] 58.2 g [脂 質] 35.4 g [炭水化物] 246.9 g [塩 分] 8.9 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08月15日(日) ～ 2021年08月21日(土)

	8月15日(日)	8月16日(月)	8月17日(火)	8月18日(水)	8月19日(木)	8月20日(金)	8月21日(土)
朝 食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(サケ) ○白菜の中華煮 ○しその実漬け ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○ごぼう炒め ○かっぱ漬け ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○切干大根と高野の煮物 ○しば漬 ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○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 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(サケ) ○竹輪と大根の煮物 ○桜漬け ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○野菜ソテー ○たくあん漬け ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ソーセージと野菜のソテー ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳
昼 食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○豚肉の塩麹炒め ○大根とホタテの含め煮 ○オレンジ <p>○お茶まんじゅう</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○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 <p>○クリームパン</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○豚塩カルビ丼 ○スープ ○大根とほたての梅和え ○パイ ○★複式献立の日★ ○醤油ラーメン <p>○ワッフル</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○サバの味噌煮 ○大根サラダ ○オレンジ <p>○せんべい</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○肉じゃが ○ほうれん草の和え物 ○フルーチェ(ぶどう) <p>○カステラ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ロコモコ丼 ○中華スープ ○ﾌﾟﾛｯｸﾘｰかにかまｸﾞﾗﾌ ○カクテルゼリー ○★複式献立の日★ ○焼きそば <p>○アイス風デザート</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○さけハーブ焼き ○浅漬け ○パイ缶・キウイ <p>○あんドーナツ</p>
夕 食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○春雨サラダ ○たくあん漬け 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の香味ソース ○豚肉と舞茸のきんぴら ○高菜漬け 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のパン粉焼き ○胡瓜のしその実漬け ○ヤクルト 	<ul style="list-style-type: none"> ○夏野菜カレーライス ○*福神漬 ○コールスローサラダ ○ジョア 	<ul style="list-style-type: none"> ○ゆかりごはん ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○ごぼうの南蛮炒め ○野菜ジュース 	<ul style="list-style-type: none"> ○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 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の生姜炒め ○春雨の炒め物 ○りんごジュース
栄養 量 目 安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1531 kcal [タンパク質] 60.5 g [脂 質] 41.5 g [炭水化物] 216.1 g [塩 分] 8.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1663 kcal [タンパク質] 63.1 g [脂 質] 45.2 g [炭水化物] 241.3 g [塩 分] 9.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 2009 kcal [タンパク質] 79.3 g [脂 質] 49.5 g [炭水化物] 298.9 g [塩 分] 9.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1777 kcal [タンパク質] 59.7 g [脂 質] 53.0 g [炭水化物] 256.1 g [塩 分] 8.3 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1562 kcal [タンパク質] 56.7 g [脂 質] 34.2 g [炭水化物] 247.2 g [塩 分] 8.2 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 2253 kcal [タンパク質] 78.1 g [脂 質] 70.4 g [炭水化物] 312.7 g [塩 分] 12.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1767 kcal [タンパク質] 58.8 g [脂 質] 56.4 g [炭水化物] 247.3 g [塩 分] 6.7 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： 2021年08月22日(日) ～ 2021年08月28日(土)

	8月22日(日)	8月23日(月)	8月24日(火)	8月25日(水)	8月26日(木)	8月27日(金)	8月28日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○一口がんもの煮物 ○ほうれん草のお浸し ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○豆腐とひじきの炒り煮 ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○豆腐揚げ ○キャベツとハム和え ○野菜漬 ○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
昼 食	○米飯 ○赤魚のマヨネーズ焼き ○大根の中華炒め ○オレンジ ○せんべい	○米飯 ○炒り鶏 ○豆腐のきのこあんかけ ○フルーツカクテル ○抹茶かん	○米飯 ○鯖の味噌煮 ○長芋の梅しそ和え ○ピーチフルーチェ ○芋ようかん	○米飯 ○豚しゃぶの胡麻だれ ○ピーマンソテー ○メロン ○カステラ	○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 ○若布とアスパラのツツサラ ○黄桃・キウイ ○ワッフル	○米飯 ○おろしハンバーグ ○胡瓜とかまの酢の物 ○夏みかんヨーグルト ○バームクーヘン
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○鶏とアスパラの炒め ○冷奴 ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○八宝菜 ○酢の物 ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○かに玉風 ○大根そぼろ煮 ○しそ昆布	○菜飯 ○みそ汁 ○ほっけの塩焼き ○もやしのナムル ○金時豆	○米飯 ○コンソメスープ ○煮込みハンバーグ ○彩りサラダ ○みそ漬け	○米飯 ○みそ汁 ○サケの塩焼き ○炒り豆腐 ○桜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉と大根の酢炒め ○春雨のうま煮 ○しそ昆布
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1530 kcal [タンパク質] 68.3 g [脂 質] 33.7 g [炭水化物] 228.2 g [塩 分] 8.5 g	[エネルギー] 1600 kcal [タンパク質] 67.0 g [脂 質] 38.6 g [炭水化物] 228.9 g [塩 分] 9.4 g	[エネルギー] 1737 kcal [タンパク質] 62.4 g [脂 質] 44.5 g [炭水化物] 260.1 g [塩 分] 8.4 g	[エネルギー] 1710 kcal [タンパク質] 63.7 g [脂 質] 51.8 g [炭水化物] 234.5 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1559 kcal [タンパク質] 58.8 g [脂 質] 36.9 g [炭水化物] 268.7 g [塩 分] 10.0 g	[エネルギー] 1740 kcal [タンパク質] 67.1 g [脂 質] 55.8 g [炭水化物] 230.1 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1682 kcal [タンパク質] 52.6 g [脂 質] 45.5 g [炭水化物] 255.2 g [塩 分] 9.5 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： 2021年08月29日(日) ～ 2021年09月04日(土)

	8月29日(日)	8月30日(月)	8月31日(火)	9月1日(水)	9月2日(木)	9月3日(金)	9月4日(土)
朝食	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○竹輪と大根の煮物 ○しば漬 ○牛乳	○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 ○さけフレーク ○じゃが芋のスープ煮 ○野沢菜漬 ○牛乳				
昼食	○米飯 ○とり肉のｶｰ風味焼き ○アスパラ和風マヨがけ ○キウイフルーツ ○コーヒーゼリー	○米飯 ○豚肉のケチャップ炒め ○大根和風サラダ ○すいか ○せんべい	○ソースカツ丼 ○清汁 ○かんぶら味噌炒め ○フルーツカクテル ○★郷土料理 福島★ ○チョコパン				
夕食	○米飯 ○みそ汁 ○麻婆豆腐 ○もやしのナムル ○りんごジュース	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけのみりん焼き ○小松菜と油揚げの炒り煮 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○含め煮 ○ぶどうジュース				
栄養量目安	[エネルギー] 1465 kcal [タンパク質] 50.2 g [脂質] 35.9 g [炭水化物] 229.5 g [塩分] 5.6 g	[エネルギー] 1563 kcal [タンパク質] 58.7 g [脂質] 37.8 g [炭水化物] 237.1 g [塩分] 7.1 g	[エネルギー] 1746 kcal [タンパク質] 72.3 g [脂質] 33.2 g [炭水化物] 269.2 g [塩分] 10.2 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。