

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2022年06月01日（水） ～ 2022年06月07日（火）

	6月1日（水）	6月2日（木）	6月3日（金）	6月4日（土）	6月5日（日）	6月6日（月）	6月7日（火）
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○ひきないり ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○キャベツとベーコンのソテー ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○刻昆布の炒め煮 ○桜漬け ○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	○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 ○さわら西京漬け焼き ○キャベツとハム炒め ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ツナじゃが ○小松菜のお浸し ○桜漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○えびフライ ○昆布茶和え ○夏みかん缶 ○バームクーヘン	○カレーライス ○*福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○オレンジ ○せんべい	○米飯 ○鮭のマリネ ○大根のピリ辛炒め ○マンゴープリン ○あんドーナツ	○米飯 ○麻婆なす ○キャベツとカニカマサラダ ○黄桃・キウイ ○チーズババロアシュール	○米飯 ○豚肉のケチャップ炒め ○春雨の中華サラダ ○フルーチェ（ぶどう） ○ワッフル	○米飯 ○肉じゃが ○にらと卵の炒め ○みかん缶 ○カステラ	○米飯 ○鶏肉の照り煮 ○白菜と茸のボン酢風味 ○杏仁豆腐 ○黒糖まんじゅう
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の卵とじ煮 ○冷奴 ○ぶどうジュース	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のさっぱり煮 ○大根和風サラダ ○フルーツヨーグルト	○米飯 ○中華スープ ○八宝菜 ○キャベツの胡麻サラダ ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のタルタルがけ ○小松菜ツナ和え ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○たらの梅みそ焼き ○うの花 ○高菜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○かに豆腐 ○ほうれん草のゴマ和え ○ザーサイ	○米飯 ○みそ汁 ○かれの煮付け ○大根ほたてサラダ ○しそ昆布
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1669 kcal [タンパク質] 51.2 g [脂 質] 49.3 g [炭水化物] 247.4 g [塩 分] 6.2 g	[エネルギー] 1753 kcal [タンパク質] 67.3 g [脂 質] 46.7 g [炭水化物] 250.2 g [塩 分] 9.2 g	[エネルギー] 1825 kcal [タンパク質] 58.7 g [脂 質] 58.7 g [炭水化物] 246.4 g [塩 分] 9.1 g	[エネルギー] 1721 kcal [タンパク質] 65.8 g [脂 質] 55.7 g [炭水化物] 224.4 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1568 kcal [タンパク質] 58.4 g [脂 質] 40.7 g [炭水化物] 232.6 g [塩 分] 8.7 g	[エネルギー] 1668 kcal [タンパク質] 56.0 g [脂 質] 47.2 g [炭水化物] 246.6 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1428 kcal [タンパク質] 64.9 g [脂 質] 22.9 g [炭水化物] 229.5 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： 2022年06月08日(水) ～ 2022年06月14日(火)

	6月8日(水)	6月9日(木)	6月10日(金)	6月11日(土)	6月12日(日)	6月13日(月)	6月14日(火)
朝 食	○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 ○さばの塩焼き ○ソーゼージと野菜のソテー ○のり佃煮 ○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 ○納豆 ○にらと卵の炒め ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○ほうれん草のお浸し ○はりはり漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○赤魚の粕漬け焼き ○白菜と胡瓜のみみ漬 ○ピーチフルーチェ ○やわらかクッキー	○米飯 ○かに玉風 ○三色浅漬け ○パイン ○ココアワッフル	○米飯 ○豆腐のピリ辛炒め ○大根のきんぴら ○白桃缶 ○やわらかおかき	○米飯 ○麻婆豆腐 ○しらすおろし ○カクテルゼリー ○抹茶ババロア	○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 ○芋ようかん	○米飯 ○アボカドコロッケ ○春雨の中華サラダ ○フルーツヨーグルト ○★おすすめメニュー★ ○クリームパン	○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：あんかけ焼きそば ○お茶まんじゅう
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○煮込みハンバーグ ○ジャーマンポテト ○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 ○玉葱とわかめの酢の物 ○りんごジュース	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の柳川風 ○マカロニサラダ ○金時豆	○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 ○かれの磯辺焼き ○カリフラワー炒め ○胡瓜の醤油漬け	○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
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1490 kcal [タンパク質] 60.7 g [脂 質] 36.1 g [炭水化物] 244.0 g [塩 分] 6.6 g	[エネルギー] 1601 kcal [タンパク質] 55.5 g [脂 質] 43.3 g [炭水化物] 236.8 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1621 kcal [タンパク質] 61.9 g [脂 質] 46.0 g [炭水化物] 232.1 g [塩 分] 7.1 g	[エネルギー] 1743 kcal [タンパク質] 66.8 g [脂 質] 59.4 g [炭水化物] 228.9 g [塩 分] 7.0 g	[エネルギー] 1507 kcal [タンパク質] 51.0 g [脂 質] 32.2 g [炭水化物] 241.6 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1623 kcal [タンパク質] 57.4 g [脂 質] 42.2 g [炭水化物] 237.7 g [塩 分] 6.9 g	[エネルギー] 1787 kcal [タンパク質] 59.3 g [脂 質] 64.5 g [炭水化物] 230.9 g [塩 分] 8.0 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： 2022年06月15日(水) ～ 2022年06月21日(火)

	6月15日(水)	6月16日(木)	6月17日(金)	6月18日(土)	6月19日(日)	6月20日(月)	6月21日(火)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚西京焼き ○高野と枝豆の卵とじ ○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 ○チンゲン菜のごま和え ○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 ○豆昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○切干大根と高野の煮物 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さばの塩焼き ○白菜の中華煮 ○しば漬 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉の塩麹炒め ○もみ漬け ○カクテルゼリー ○コーヒーゼリー	○米飯 ○アジみりん焼き ○刻昆布の炒め煮 ○ヨーグルトいちごソース ○バームクーヘン	○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 ○せんべい	○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 ○豚肉のマスタード焼き ○きゅうりの酢の物 ○杏仁豆腐フルーツ ○クレープ	○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◎ ○ロールケーキ	○米飯 ○グリルドチキントマトソース ○油麴の卵とじ ○パイン ○カステラ
夕 食	○チャーハン ○中華スープ ○錦糸シュウマイ ○洋なし缶 ○チャールズ	○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 ○チャールズ	○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 ○チャールズ	○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 ○チャールズ	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○かぼちゃの甘煮 ○ヤクルト ○チャールズ	○米飯 ○みそ汁 ○かれいの煮魚 ○ブロッコリーとベーコンのソテー ○しそ昆布 ○チャールズ	○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 ○チャールズ
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1639 kcal [タンパク質] 52.2 g [脂 質] 46.9 g [炭水化物] 240.6 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1681 kcal [タンパク質] 62.3 g [脂 質] 52.7 g [炭水化物] 229.4 g [塩 分] 8.6 g	[エネルギー] 1429 kcal [タンパク質] 58.9 g [脂 質] 30.9 g [炭水化物] 225.0 g [塩 分] 8.7 g	[エネルギー] 1593 kcal [タンパク質] 65.9 g [脂 質] 39.3 g [炭水化物] 237.4 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1632 kcal [タンパク質] 55.1 g [脂 質] 51.9 g [炭水化物] 231.7 g [塩 分] 6.3 g	[エネルギー] 1690 kcal [タンパク質] 54.9 g [脂 質] 48.8 g [炭水化物] 253.1 g [塩 分] 9.4 g	[エネルギー] 1521 kcal [タンパク質] 66.8 g [脂 質] 34.8 g [炭水化物] 227.8 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： 2022年06月22日(水) ～ 2022年06月28日(火)

	6月22日(水)	6月23日(木)	6月24日(金)	6月25日(土)	6月26日(日)	6月27日(月)	6月28日(火)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○根菜の煮物 ○高菜漬け ○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 ○納豆 ○竹輪と大根の煮物 ○たくあん漬け ○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 ○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	○米飯 ○みそ汁 ○オムレツ西京焼き ○チンゲン菜の和風ドレ和え ○しそ昆布 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○竹のごましょうゆ焼き ○さつまいもサラダ ○オレンジ ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○鶏肉と野菜の味噌煮 ○トマトサラダ ○みかんフルーチェ ○やわらかクッキー	○米飯 ○鯖の山椒焼き ○揚げなすのみそがけ ○ストロベリーババロア ○ココアワッフル	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○かぶのあんかけ ○パイン ○やわらかおかき	○米飯 ○蒸たらの南蛮漬け ○納豆草とかにのナムル ○黄桃・キウイ ○季節の和菓子	○米飯 ○鶏とアスパラ炒め ○シーザーサラダ ○夏みかん缶 ○芋ようかん	○米飯 ○肉団子の中華風煮 ○大根和風サラダ ○キウイフルーツ ○クリームパン
夕 食	○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 ○赤魚のおろし煮 ○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 ○ふわふわ卵炒め ○スパゲッティサラダ ○胡瓜の醤油漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のケチャップ炒め ○白菜のもみ漬け ○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	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉とキャベツの炒め煮 ○オムレツとめかぶ和え ○りんごジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1642 kcal [タンパク質] 60.2 g [脂 質] 49.1 g [炭水化物] 231.1 g [塩 分] 6.9 g	[エネルギー] 1475 kcal [タンパク質] 61.8 g [脂 質] 29.1 g [炭水化物] 226.5 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1835 kcal [タンパク質] 61.2 g [脂 質] 72.8 g [炭水化物] 225.2 g [塩 分] 6.3 g	[エネルギー] 1687 kcal [タンパク質] 59.5 g [脂 質] 55.3 g [炭水化物] 226.0 g [塩 分] 9.3 g	[エネルギー] 1638 kcal [タンパク質] 62.6 g [脂 質] 43.7 g [炭水化物] 241.7 g [塩 分] 6.2 g	[エネルギー] 1469 kcal [タンパク質] 67.6 g [脂 質] 26.0 g [炭水化物] 232.4 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1680 kcal [タンパク質] 54.6 g [脂 質] 48.5 g [炭水化物] 248.2 g [塩 分] 7.8 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： 2022年06月29日（水） ～ 2022年07月05日（火）

	6月29日（水）	6月30日（木）	7月1日（金）	7月2日（土）	7月3日（日）	7月4日（月）	7月5日（火）
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○オムレツ ○豆腐とひじきの炒り煮 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○刻昆布の炒め煮 ○桜漬け ○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 ○お茶まんじゅう	○米飯 ○赤魚のおろし煮 ○ほうれん草わさび和え ○オレンジ ○コーヒーゼリー					
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○サバの味噌煮 ○セロリの香り炒め ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉と大根＊酢炒め ○ポテトサラダ ○金時豆					
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1754 kcal [タンパク質] 60.2 g [脂 質] 53.3 g [炭水化物] 250.1 g [塩 分] 10.1 g	[エネルギー] 1692 kcal [タンパク質] 60.3 g [脂 質] 51.6 g [炭水化物] 234.4 g [塩 分] 7.1 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。