

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2022年09月01日(木) ～ 2022年09月07日(水)

	9月1日(木)	9月2日(金)	9月3日(土)	9月4日(日)	9月5日(月)	9月6日(火)	9月7日(水)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○刻昆布の炒め煮 ○つぼ漬け ○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 ○ポテトサラダ ○たいみそ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○竹輪と大根の煮物 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○キャベツとツツの和え物 ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○ハムとじゃが芋の炒め物 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○ひきないり ○かっぱ漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○カニクリームコロッケ ○和ハヤと長芋の和え物 ○オレンジ ○★おすすめメニュー★	○米飯 ○豚肉の柳川風 ○野沢菜漬 ○フルーツカクテル	○米飯 ○赤魚の照り焼き ○野菜コンソメ煮 ○マンゴープリン	○米飯 ○オニオバター和風ハンバーグ ○チーズ南瓜サラダ ○白桃ヨーグルト	○米飯 ○麻婆なす ○冷奴 ○オレンジ	○米飯 ○アジみりん焼き ○春雨の中華サラダ ○パイナップル	○米飯 ○かに玉風 ○チンゲン菜の生姜和え ○白桃缶
食	○バームクーヘン	○せんべい	○あんドーナツ	○アイス風デザート	○ワッフル	○カステラ	○黒糖まんじゅう
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○八宝菜 ○胡瓜のしその実漬け ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○加いのみそバター焼き ○春雨の中華サラダ ○乳酸菌飲料	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のカレー炒め ○彩りサラダ ○かっぱ漬け	○チャーハン ○中華スープ ○豆腐しゅうまい ○野菜のソテー	○米飯 ○みそ汁 ○さんまの塩焼き ○大根和風サラダ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のケチャップ炒め ○ほうれん草のお浸し ○しその実漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のさっぱり煮 ○白菜とさつま揚げ炒め ○豆昆布
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1665 kcal [タンパク質] 49.3 g [脂 質] 44.4 g [炭水化物] 259.7 g [塩 分] 6.9 g	[エネルギー] 1684 kcal [タンパク質] 60.1 g [脂 質] 46.9 g [炭水化物] 229.7 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1651 kcal [タンパク質] 67.7 g [脂 質] 43.4 g [炭水化物] 239.7 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1600 kcal [タンパク質] 56.3 g [脂 質] 47.5 g [炭水化物] 231.4 g [塩 分] 8.9 g	[エネルギー] 1750 kcal [タンパク質] 66.6 g [脂 質] 58.0 g [炭水化物] 229.7 g [塩 分] 6.3 g	[エネルギー] 1650 kcal [タンパク質] 59.2 g [脂 質] 46.3 g [炭水化物] 237.4 g [塩 分] 9.5 g	[エネルギー] 1455 kcal [タンパク質] 54.7 g [脂 質] 24.4 g [炭水化物] 246.0 g [塩 分] 8.2 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09月08日(木) ～ 2022年09月14日(水)

	9月8日(木)	9月9日(金)	9月10日(土)	9月11日(日)	9月12日(月)	9月13日(火)	9月14日(水)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さわら西京漬け焼き ○味噌マヨネーズ和え ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○キャベツとペーコンのソテー ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○高野と枝豆の卵とじ ○チンゲン菜のお浸し ○たくあん漬け ○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 ○納豆 ○にらと卵の炒め ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ツナじゃが ○味噌マヨネーズ和え ○たらこ ○牛乳
昼 食	○夏野菜カレーライス ○*福神漬 ○コールスローサラダ ○フルーツヨーグルト ○やわらかクッキー	○三色丼 ○清汁 ○酢の物 ○マンゴープリン ○★複式献立の日★ ○ミートスパゲティ ○ココアワッフル	○米飯 ○竹のごましょうゆ焼き ○ジャーマンポテト ○フルーチェ(ぶどう) ○お月見ゼリー	○米飯 ○豚肉と茸の彩り炒め ○奴豆腐 ○カクテルゼリー ○抹茶ババロア	○米飯 ○かれいの煮魚 ○キャベツの胡麻サラダ ○トマト ○芋ようかん	○天津丼 ○みそ汁 ○ブロッコリーかにかまサラダ ○アセロラジュレ ○★複式献立の日★ ○塩焼きそば ○アイス風デザート	○米飯 ○かぼちゃコロケ ○大根のきんぴら ○オレンジ ○季節の和菓子
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○夕の野菜甘酢あんかけ ○マカロニサラダ ○つぼ漬け	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの七味焼き ○じゃが芋のそぼろ煮 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のタルタルがけ ○大根のピリ辛炒め ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○たらの梅みそ焼き ○かぼちゃサラダ ○はりはり漬け	○米飯 ○みそ汁 ○棒棒鶏ソースがけ ○野菜としらすの炒め物 ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○ホキ味噌漬け焼き ○ほうれん草のゴマ和え ○高菜漬け	○チャーハン ○中華スープ ○豆腐しゅうまい ○黄桃缶
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1767 kcal [タンパク質] 60.0 g [脂 質] 57.1 g [炭水化物] 237.8 g [塩 分] 10.7 g	[エネルギー] 2524 kcal [タンパク質] 70.3 g [脂 質] 112.0 g [炭水化物] 294.4 g [塩 分] 12.4 g	[エネルギー] 1628 kcal [タンパク質] 66.3 g [脂 質] 47.4 g [炭水化物] 227.5 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1534 kcal [タンパク質] 55.4 g [脂 質] 45.5 g [炭水化物] 217.3 g [塩 分] 8.4 g	[エネルギー] 1644 kcal [タンパク質] 68.3 g [脂 質] 27.9 g [炭水化物] 239.6 g [塩 分] 11.1 g	[エネルギー] 2102 kcal [タンパク質] 81.6 g [脂 質] 59.8 g [炭水化物] 297.9 g [塩 分] 10.3 g	[エネルギー] 1674 kcal [タンパク質] 46.0 g [脂 質] 48.2 g [炭水化物] 255.1 g [塩 分] 6.6 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09月15日(木) ～ 2022年09月21日(水)

	9月15日(木)	9月16日(金)	9月17日(土)	9月18日(日)	9月19日(月)	9月20日(火)	9月21日(水)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○もやしカレーソテー ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鮭缶・大根おろし添え ○キャベツさっと煮 ○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 ○厚焼き卵 ○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 ○ひきないり ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソテー ○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
昼 食	○米飯 ○サバの塩焼き ○れんこん炒り煮 ○ヨーグルトいちごソース ○コーヒーゼリー	○栗ごはん ○天ぷら ○かぶと菊の酢の物 ○ぶどう ○★敬老会メニュー★ ○バームクーヘン	○米飯 ○八宝菜 ○大根ほたてサラダ ○黄桃・キウイ ○せんべい	○米飯 ○豚と野菜の胡麻味噌煮 ○長芋の梅しそ和え ○夏みかん缶 ○あんドーナツ	○米飯 ○豚肉の柳川風 ○しらすおろし ○洋梨ヨーグルト和え ○チーズババロアシュー	○米飯 ○鮭のマリネ ○かかとキャベツの炒め ○カクテルゼリー ○ワッフル	○カレーライス ○* 福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○いちごフルーチェ ○カステラ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○おろしハンバーグ ○グリーンサラダ ○胡瓜の醤油漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏の味噌漬け焼き ○ステーキのコンソメ煮 ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけみりん漬け焼き ○ポテトサラダ ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○たらの塩麴漬け ○中華風冷奴 ○野菜菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○かれいの磯辺焼き ○春雨マヨサラダ ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子の中華風煮 ○かぼちやの甘煮 ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○回鍋肉 ○卵豆腐 ○乳酸菌飲料
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1564 kcal [タンパク質] 56.9 g [脂 質] 43.2 g [炭水化物] 226.3 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1785 kcal [タンパク質] 68.1 g [脂 質] 47.3 g [炭水化物] 264.0 g [塩 分] 8.7 g	[エネルギー] 1616 kcal [タンパク質] 52.4 g [脂 質] 45.1 g [炭水化物] 240.9 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1609 kcal [タンパク質] 61.1 g [脂 質] 49.6 g [炭水化物] 220.2 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1782 kcal [タンパク質] 69.7 g [脂 質] 58.3 g [炭水化物] 225.8 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1759 kcal [タンパク質] 60.3 g [脂 質] 58.1 g [炭水化物] 241.7 g [塩 分] 8.8 g	[エネルギー] 1846 kcal [タンパク質] 57.2 g [脂 質] 61.7 g [炭水化物] 255.5 g [塩 分] 10.0 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09月22日(木) ～ 2022年09月28日(水)

	9月22日(木)	9月23日(金)	9月24日(土)	9月25日(日)	9月26日(月)	9月27日(火)	9月28日(水)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○野菜炒め ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○小松菜の胡麻和え ○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 ○焼き魚(サケ) ○白菜の中華煮 ○かっぱ漬け ○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 ○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
昼 食	○米飯 ○麻婆なす ○三色浅漬け ○パイン缶・キウイ	○米飯 ○サバの塩焼き ○茄子の煮浸し ○杏仁豆腐	○米飯 ○豚肉の塩麹炒め ○刻昆布の炒め煮 ○黄桃缶	○米飯 ○鶏肉トマト煮 ○キャベツザーサイあえ ○アセロラゼリー	○米飯 ○豚肉のキムチ炒め ○きゅうりの酢の物 ○オレンジ	○米飯 ○かに玉風 ○さつまいもサラダ ○キウイフルーツ	○米飯 ○とり肉のカレー風味焼き ○大根とツマ揚げの煮物 ○バナナヨーグルト
食	○アイス風デザート	○やわらかクッキー	○ココアワッフル	○やわらかおかし	○抹茶ババロア	○芋ようかん	○クリームパン
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○和豆腐野菜ハンバーグ ○ごぼうサラダ ○高菜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉の香味ソース ○ハムとじゃが芋の炒め物 ○ぶどうジュース	○わかめごはん ○みそ汁 ○洋風玉子焼き ○レタスのサラダ ○桜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉となすの炒め煮 ○スパゲッティサラダ ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○サバの味噌煮 ○豆腐チャンプルー ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○肉じゃが ○キャベツの塩炒め ○しそ昆布	○米飯 ○中華スープ ○竹のごましょうゆ焼き ○和え物(オクラ・長芋) ○乳酸菌飲料
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1652 kcal [タンパク質] 52.3 g [脂質] 48.9 g [炭水化物] 238.9 g [塩分] 8.3 g	[エネルギー] 1589 kcal [タンパク質] 59.6 g [脂質] 44.2 g [炭水化物] 226.5 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1680 kcal [タンパク質] 54.7 g [脂質] 54.7 g [炭水化物] 229.8 g [塩分] 9.2 g	[エネルギー] 1610 kcal [タンパク質] 55.3 g [脂質] 52.1 g [炭水化物] 221.2 g [塩分] 9.3 g	[エネルギー] 1781 kcal [タンパク質] 68.1 g [脂質] 61.0 g [炭水化物] 228.3 g [塩分] 9.0 g	[エネルギー] 1719 kcal [タンパク質] 55.2 g [脂質] 40.9 g [炭水化物] 274.7 g [塩分] 9.1 g	[エネルギー] 1541 kcal [タンパク質] 60.7 g [脂質] 37.8 g [炭水化物] 229.8 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09月29日(木) ～ 2022年10月05日(水)

	9月29日(木)	9月30日(金)	10月1日(土)	10月2日(日)	10月3日(月)	10月4日(火)	10月5日(水)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○白菜とツナの炒り煮 ○つぼ漬け ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○五目厚焼き卵 ○ごぼう炒め ○高菜漬け ○牛乳 					
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○アジの韓国風味噌焼き ○筑前煮 ○カクテルゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○鶏肉の甘酢だれがけ ○青菜のゴマ和え ○ザーサイ 					
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○お茶まんじゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ○お茶まんじゅう 					
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○ハヤシライス ○スープ ○キャベツゆずドレ和え ○ジョア 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○かれのいのムニエル ○玉葱のポン酢和え ○胡瓜の醤油漬け 					
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1619 kcal [タンパク質] 62.4 g [脂質] 38.4 g [炭水化物] 246.0 g [塩分] 6.1 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1394 kcal [タンパク質] 54.1 g [脂質] 27.4 g [炭水化物] 221.7 g [塩分] 10.3 g 	<ul style="list-style-type: none"> [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 	<ul style="list-style-type: none"> [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 	<ul style="list-style-type: none"> [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 	<ul style="list-style-type: none"> [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 	<ul style="list-style-type: none"> [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。