

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2023年10月29日(日) ～ 2023年11月04日(土)

	10月29日(日)	10月30日(月)	10月31日(火)	11月1日(水)	11月2日(木)	11月3日(金)	11月4日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○大根のツナ煮 ○ほうれん草のお浸し ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○じゃが芋のそぼろ煮 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○竹輪と大根の煮物 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○にらと卵の炒め ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○揚出し豆腐の甘辛煮 ○白菜とツナの炒り煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○ほうれん草のお浸し ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○ふりかけ ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鶏肉和风和ソッソ ○スパサラダ(ツナ) ○フルーツヨーグルト ○お茶まんじゅう	○五目ごはん ○鯖の塩焼き ○きのこ和え(ごま) ○かぼちゃプリン ○コーヒーゼリー	○米飯 ○かに玉風 ○さつま芋サラダ ○洋なし缶 ○クレープ	○米飯 ○白身魚マスタード焼き ○大根の肉味噌がけ ○黄桃缶 ○バームクーヘン	○米飯 ○★すきやき風コック ○オクラとツナの和え物 ○オレンジ ○★おすすめメニュー★ ○せんべい	○米飯 ○豚肉となすの炒め煮 ○酢の物 ○フルーチェ(ぶどう) ○あんドーナツ	○カレーライス ○*福神漬 ○*ロココリとパプリカサラダ ○ヨーグルトいちごソース ○やわらかクッキー
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○白身魚のピカタ ○小松菜のなめ茸和え ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○チンジャオロース ○中華風和え物 ○乳酸菌飲料	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の味噌マヨ焼き ○コールスローサラダ ○うぐいす豆	○かにピラフ ○チャウダー風スープ ○ホウレン草のバターソテー ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○エビ団子チリ風卵炒め ○もやしのナムル ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の西京焼き ○キャベツ塩だれ和え ○つぼ漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉トマト煮 ○うの花 ○たくあん漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1473 kcal [タンパク質] 66.1 g [脂質] 31.5 g [炭水化物] 226.7 g [塩分] 9.6 g	[エネルギー] 1654 kcal [タンパク質] 60.2 g [脂質] 57.0 g [炭水化物] 232.4 g [塩分] 8.9 g	[エネルギー] 1536 kcal [タンパク質] 54.3 g [脂質] 35.1 g [炭水化物] 255.9 g [塩分] 8.6 g	[エネルギー] 1611 kcal [タンパク質] 62.2 g [脂質] 46.7 g [炭水化物] 246.3 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1506 kcal [タンパク質] 45.5 g [脂質] 40.5 g [炭水化物] 246.3 g [塩分] 8.6 g	[エネルギー] 1525 kcal [タンパク質] 51.5 g [脂質] 47.9 g [炭水化物] 230.3 g [塩分] 8.0 g	[エネルギー] 1558 kcal [タンパク質] 62.3 g [脂質] 52.4 g [炭水化物] 217.4 g [塩分] 10.2 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： 2023年11月05日(日) ～ 2023年11月11日(土)

	11月5日(日)	11月6日(月)	11月7日(火)	11月8日(水)	11月9日(木)	11月10日(金)	11月11日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○ジャーマンポテト ○若布とアスパラのツツサダ ○かつぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○ソーセージと野菜のソテー ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○小松菜のお浸し ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○高野と枝豆の煮物 ○じゃが芋のそぼろ煮 ○高菜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚西京焼き ○ほうれん草のゴマ和え ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○チンゲン菜のお浸し ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○ホウレン草のバターソテー ○金時豆 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○ほきのごま味噌焼 ○アロココーかにあんかけ ○カクテルゼリー	○米飯 ○豚肉のオイスター炒め ○春雨の中華サラダ ○オレンジ	○米飯 ○鮭の味噌焼き ○含め煮 ○マンゴープリン	○米飯 ○サバの塩焼き ○マカロニサラダ ○ピーチフルーチェ	○米飯 ○シチュー ○コールスローサラダ ○りんご	○米飯 ○とり肉のねぎソースかけ ○刻昆布の炒め煮 ○パイナップル	○米飯 ○あじの南蛮漬け ○わかめの中華和え ○白桃缶
食	○×ワッフル	○レモンケーキ	○黒糖まんじゅう	○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
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○麻婆なす ○冬瓜含め煮 ○はりはり漬け	○米飯 ○みそ汁 ○かれのいの煮魚 ○白菜の炒め物 ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の柳川風 ○ポテトサラダ ○しば漬	○チャーハン ○ワカメきのこスープ ○豆腐しゅうまい ○ヨーグルトいちごソース	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の山椒風味焼き ○たまごサラダ ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○かに玉風 ○ザーサイ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○グリルドチキントマトソース ○甘酢和え ○しそ昆布
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1495 kcal [タンパク質] 53.4 g [脂 質] 42.2 g [炭水化物] 234.6 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1627 kcal [タンパク質] 59.3 g [脂 質] 55.3 g [炭水化物] 227.7 g [塩 分] 10.4 g	[エネルギー] 1720 kcal [タンパク質] 64.8 g [脂 質] 55.5 g [炭水化物] 246.6 g [塩 分] 9.2 g	[エネルギー] 1516 kcal [タンパク質] 59.8 g [脂 質] 48.2 g [炭水化物] 220.5 g [塩 分] 6.3 g	[エネルギー] 1592 kcal [タンパク質] 49.7 g [脂 質] 52.0 g [炭水化物] 238.8 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1291 kcal [タンパク質] 58.1 g [脂 質] 17.7 g [炭水化物] 226.9 g [塩 分] 10.0 g	[エネルギー] 1480 kcal [タンパク質] 66.1 g [脂 質] 32.4 g [炭水化物] 237.5 g [塩 分] 7.9 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： 2023年11月12日(日) ～ 2023年11月18日(土)

	11月12日(日)	11月13日(月)	11月14日(火)	11月15日(水)	11月16日(木)	11月17日(金)	11月18日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○白菜の中華煮 ○しその実漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○ごぼう炒め ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(サケ) ○切干大根と高野の煮物 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○揚出し豆腐の甘辛煮 ○竹輪と大根の煮物 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○ツナじゃが ○高菜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○野菜ソテー ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○一口がんもの煮物 ○ほうれん草のお浸し ○ふりかけ ○牛乳
昼 食	○米飯 ○サバの塩焼き ○さつま芋の含め煮 ○オレンジ ○芋ようかん	○米飯 ○肉じゃが ○きのこベーコンソテー ○キウイフルーツ ○マドレーヌ	○米飯 ○鶏肉のパン粉焼き ○酢の物 ○みかんヨーグルト ○お茶まんじゅう	○カレーライス ○*福神漬 ○コールスローサラダ ○パイ ○★めんの日★ ○カレーうどん ○コーヒーゼリー	○米飯 ○赤魚の香味ソース ○筑前煮 ○黄桃缶 ○バームクーヘン	○豚バラ味噌煮込み丼 ○清汁(椎茸・葱) ○小松菜の味噌マヨ和え ○りんごフルーチェ ○★複式献立の日★ ○B: 塩ラーメン ○せんべい	○米飯 ○麻婆豆腐 ○春雨の和え物 ○キウイフルーツ ○あんドーナツ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の塩麹炒め ○スパゲティサラダ ○ザーサイ	○米飯 ○みそ汁 ○麻婆茄子 ○大根ほたてサラダ ○高菜漬け	○オムライス ○コーンポタージュ ○ビーフソテー ○ぶどうジュース	○米飯 ○みそ汁 ○おろしハンバーグ ○生姜酢和え ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のケチャップ炒め ○三色浅漬け ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○かぼちゃの甘煮 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○かれの煮魚 ○ごぼうの南蛮炒め ○つぼ漬け
栄養 量目 安	[エネルギー] 1714 kcal [タンパク質] 60.0 g [脂質] 52.5 g [炭水化物] 256.0 g [塩分] 8.9 g	[エネルギー] 1607 kcal [タンパク質] 52.8 g [脂質] 48.9 g [炭水化物] 247.4 g [塩分] 9.0 g	[エネルギー] 1619 kcal [タンパク質] 62.9 g [脂質] 43.4 g [炭水化物] 249.2 g [塩分] 9.3 g	[エネルギー] 2046 kcal [タンパク質] 63.7 g [脂質] 67.1 g [炭水化物] 304.6 g [塩分] 13.0 g	[エネルギー] 1613 kcal [タンパク質] 56.7 g [脂質] 44.4 g [炭水化物] 254.3 g [塩分] 8.5 g	[エネルギー] 1606 kcal [タンパク質] 60.4 g [脂質] 50.6 g [炭水化物] 231.6 g [塩分] 9.9 g	[エネルギー] 1433 kcal [タンパク質] 58.4 g [脂質] 32.2 g [炭水化物] 235.4 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： 2023年11月19日(日) ～ 2023年11月25日(土)

	11月19日(日)	11月20日(月)	11月21日(火)	11月22日(水)	11月23日(木)	11月24日(金)	11月25日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○ソーゼージと野菜のソテー ○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 ○とろろ芋 ○ジャーマンポテト ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の西京焼き ○キャベツとハム和え ○野沢菜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○ほうれん草のゴマ和え ○ふりかけ ○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 ○金平ごぼう ○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 ○やわらかクッキー	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○長芋の和え物 ○カクテルゼリー ○★回転寿司★ケア ○ <i>季節の和菓子</i>	○ソースカツ丼 ○スープ ○もやしのナムル ○パイナップル ○★複式献立の日★ ○★めんの日★ ○きつねそば ○レモンケーキ	○米飯 ○炒り鶏 ○大根とほたて和え ○キウイフルーツ ○★回転寿司★ロイヤル ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○メンチカツ ○レタスとコーンサラダ ○みかん缶 ○やわらかクッキー	○米飯 ○鮭の塩焼き ○もやしと胡瓜和え物 ○フルーツカクテル ○★回転寿司★デイ ○ココアワッフル	○米飯 ○豚肉のケチャップ炒め ○じゃが芋のスープ煮 ○オレンジ ○やわらかおかき
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の生姜炒め ○卵豆腐 ○みそ漬け	○菜飯 ○みそ汁 ○かれのい煮魚 ○ビーフンソテー ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉とアスパラの炒め ○じゃが芋のくず煮 ○高菜漬け	○えびピラフ ○トマトスープ ○洋風玉子焼き ○ぶどうジュース	○米飯 ○みそ汁 ○たらの香草パン粉焼き ○炒り豆腐 ○しば漬	○米飯 ○みそ汁 ○豚と野菜の胡麻味噌煮 ○彩りサラダ ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○マカロニサラダ ○野菜ジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1565 kcal [タンパク質] 57.4 g [脂 質] 55.7 g [炭水化物] 211.2 g [塩 分] 9.6 g	[エネルギー] 1621 kcal [タンパク質] 66.9 g [脂 質] 41.8 g [炭水化物] 251.6 g [塩 分] 11.2 g	[エネルギー] 2030 kcal [タンパク質] 87.5 g [脂 質] 52.2 g [炭水化物] 313.2 g [塩 分] 12.5 g	[エネルギー] 1529 kcal [タンパク質] 70.3 g [脂 質] 41.4 g [炭水化物] 228.8 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1316 kcal [タンパク質] 48.7 g [脂 質] 26.9 g [炭水化物] 228.6 g [塩 分] 8.7 g	[エネルギー] 1619 kcal [タンパク質] 58.3 g [脂 質] 49.6 g [炭水化物] 223.4 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1460 kcal [タンパク質] 49.3 g [脂 質] 45.0 g [炭水化物] 223.7 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： 2023年11月26日(日) ～ 2023年12月02日(土)

	11月26日(日)	11月27日(月)	11月28日(火)	11月29日(水)	11月30日(木)	12月1日(金)	12月2日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○大根と竹輪の煮物 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○キャベツとツの和え物 ○ふりかけ ○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 ○とろろ芋 ○ひきないうり ○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 ○かっぱ漬け ○牛乳		
昼 食	○米飯 ○とり肉の咖喱風味焼き ○春雨の炒め物 ○黄桃缶	○米飯 ○ほっけみりん漬け焼き ○大根和風サラダ ○パイ ○★回転寿司★通所	○米飯 ○えびフライ ○豆腐のきのこあんかけ ○ヨーグルトソースがけ	○米飯 ○鮭の塩焼き ○カブの浅漬け ○りんごフルーチェ ○★回転寿司★さくら ○清汁	○カレーライス ○*福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○洋なし缶		
食	○抹茶ババロア	○芋ようかん	○マドレーヌ	○お茶まんじゅう	○コーヒーゼリー		
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○竹のちゃんちゃん焼き ○もやしのナムル ○しその実漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の塩麹炒め ○かつお和風マヨがけ ○乳酸菌飲料	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉と大根の甘煮 ○キャベツザーサイ和え ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の卵とじ煮 ○白菜とわかめの和え物 ○ザーサイ	○米飯 ○みそ汁 ○サバの味噌煮 ○たまごサラダ ○たくあん漬け		
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1372 kcal [タンパク質] 52.2 g [脂 質] 31.9 g [炭水化物] 222.2 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1598 kcal [タンパク質] 57.8 g [脂 質] 47.3 g [炭水化物] 240.0 g [塩 分] 5.8 g	[エネルギー] 1558 kcal [タンパク質] 58.7 g [脂 質] 37.9 g [炭水化物] 253.0 g [塩 分] 9.4 g	[エネルギー] 1528 kcal [タンパク質] 57.4 g [脂 質] 42.9 g [炭水化物] 235.2 g [塩 分] 10.9 g	[エネルギー] 1665 kcal [タンパク質] 57.6 g [脂 質] 64.3 g [炭水化物] 227.3 g [塩 分] 9.6 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

* 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。