

# 週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2023年05月01日(月) ～ 2023年05月07日(日)

	5月1日(月)	5月2日(火)	5月3日(水)	5月4日(木)	5月5日(金)	5月6日(土)	5月7日(日)
<b>朝 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○オムレツ ○白菜の炒め煮 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○温野菜サラダ ○高菜炒め ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ひきないり ○しば漬 ○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 ○温泉卵 ○もやしカレーソテー ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○にらと卵の炒め ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○大根そぼろ煮 ○野沢菜漬 ○牛乳
<b>昼 食</b>	○米飯 ○チンジャオロース ○木の葉とかのナムル ○みかんヨーグルト  ○バームクーヘン	○米飯 ○竹のみそバター焼き ○竹輪と大根の煮物 ○カクテルゼリー  ○せんべい	○米飯 ○八宝菜 ○三色浅漬け ○白桃缶  ○あんドーナツ	○米飯 ○あじの南蛮漬け ○マカロニサラダ ○オレンジ  ○シュークリーム	○ちらし寿司 ○清汁 ○和洋と長芋の和え物 ○こどもの日ゼリー  ★子供の日メニュー★ ○季節の和菓子	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○春雨の中華サラダ ○ピーチフルーチェ  ○レモンケーキ	○米飯 ○とり肉のねぎソースかけ ○ほうれん草中華卵炒め ○パイン缶・キウイ  ○黒糖まんじゅう
<b>夕 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○サバの塩焼き ○いんげんのゴマ和え ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○豆腐のピリ辛炒め ○トマトサラダ ○はりはり漬け	○菜飯 ○みそ汁 ○赤魚西京焼き ○レタスとコーンサラダ ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のさっぱり煮 ○アスパラの炒め物 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○酢豚 ○もやしと胡瓜和え物 ○りんご	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○五目煮 ○しば漬	○米飯 ○みそ汁 ○たらの香草パン粉焼き ○スパゲツティサラダ ○豆昆布
<b>栄養 量 目 安</b>	[ エネルギー ] 1664 kcal [ タンパク質 ] 65.2 g [ 脂 質 ] 52.1 g [ 炭水化物 ] 240.1 g [ 塩 分 ] 7.0 g	[ エネルギー ] 1606 kcal [ タンパク質 ] 56.4 g [ 脂 質 ] 48.0 g [ 炭水化物 ] 242.3 g [ 塩 分 ] 8.3 g	[ エネルギー ] 1501 kcal [ タンパク質 ] 51.9 g [ 脂 質 ] 45.1 g [ 炭水化物 ] 229.8 g [ 塩 分 ] 8.8 g	[ エネルギー ] 1401 kcal [ タンパク質 ] 60.5 g [ 脂 質 ] 33.9 g [ 炭水化物 ] 223.5 g [ 塩 分 ] 8.1 g	[ エネルギー ] 1552 kcal [ タンパク質 ] 52.7 g [ 脂 質 ] 38.4 g [ 炭水化物 ] 254.5 g [ 塩 分 ] 8.0 g	[ エネルギー ] 1616 kcal [ タンパク質 ] 57.7 g [ 脂 質 ] 54.0 g [ 炭水化物 ] 226.7 g [ 塩 分 ] 7.1 g	[ エネルギー ] 1552 kcal [ タンパク質 ] 68.3 g [ 脂 質 ] 45.2 g [ 炭水化物 ] 226.9 g [ 塩 分 ] 8.1 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05月08日(月) ～ 2023年05月14日(日)

	5月8日(月)	5月9日(火)	5月10日(水)	5月11日(木)	5月12日(金)	5月13日(土)	5月14日(日)
<b>朝 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○竹輪と大根の煮物 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソテー ○大根炒り ○たいみそ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ツナじゃが ○ホウレン草のパターソテー ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○ほうれん草の梅肉和え ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○野菜ソテー ○金時豆 ○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 ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○揚げだし豆腐 ○白菜の中華煮 ○しその実漬け ○牛乳
<b>昼 食</b>	○米飯 ○かに玉 ○キャベツの胡麻サラダ ○杏仁フルーツ  ○やわらかクッキー	○米飯 ○ほっけの塩焼き ○豚肉と舞茸のきんぴら ○フルーツカクテル  ○ココアワッフル	○たけのご飯 ○白身フライ ○もやしと青菜の和え物 ○黄桃・キウイ ○★母の日メニュー★  ○季節の和菓子	○米飯 ○鯖みりん漬け焼き ○野菜のかにあんかけ ○パイ  ○抹茶ババロア	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○野菜サラダ ○マンゴープリン  ○芋ようかん	○米飯 ○タラの味噌マヨ焼き ○長芋の和え物 ○バナナヨーグルト  ○マドレーヌ	○米飯 ○豚肉の塩麴炒め ○大根とホタテの含め煮 ○オレンジ  ○お茶まんじゅう
<b>夕 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○かれの煮魚 ○ジャーマンポテト ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○焼き肉 ○冷奴 ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○肉豆腐 ○ごぼうの南蛮炒め ○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 ○トマトサラダ ○乳酸菌飲料	○米飯 ○みそ汁 ○麻婆豆腐 ○炒り鶏 ○はりはり漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏とアスパラ炒め ○ポテトサラダ ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○さわらの韓国風味噌焼 ○もやしのナムル ○ジョア
<b>栄養 量 目 安</b>	[ エネルギー ] 1509 kcal [ タンパク質 ] 67.2 g [ 脂 質 ] 30.4 g [ 炭水化物 ] 241.9 g [ 塩 分 ] 7.9 g	[ エネルギー ] 1733 kcal [ タンパク質 ] 62.3 g [ 脂 質 ] 64.4 g [ 炭水化物 ] 215.6 g [ 塩 分 ] 10.7 g	[ エネルギー ] 1745 kcal [ タンパク質 ] 53.5 g [ 脂 質 ] 55.8 g [ 炭水化物 ] 264.8 g [ 塩 分 ] 10.3 g	[ エネルギー ] 1502 kcal [ タンパク質 ] 54.5 g [ 脂 質 ] 49.0 g [ 炭水化物 ] 219.6 g [ 塩 分 ] 7.1 g	[ エネルギー ] 1757 kcal [ タンパク質 ] 66.6 g [ 脂 質 ] 49.0 g [ 炭水化物 ] 273.8 g [ 塩 分 ] 7.9 g	[ エネルギー ] 1565 kcal [ タンパク質 ] 61.9 g [ 脂 質 ] 40.7 g [ 炭水化物 ] 245.4 g [ 塩 分 ] 10.5 g	[ エネルギー ] 1598 kcal [ タンパク質 ] 60.5 g [ 脂 質 ] 45.9 g [ 炭水化物 ] 238.3 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05月15日(月) ～ 2023年05月21日(日)

	5月15日(月)	5月16日(火)	5月17日(水)	5月18日(木)	5月19日(金)	5月20日(土)	5月21日(日)
<b>朝 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○白菜のクリーム煮 ○かつば漬け ○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 ○肉団子 ○ツナじゃが ○高菜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○ソーゼツと野菜のソテー ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○魚肉ソーゼツ <sup>ケチャップ</sup> ソテー ○竹輪と大根の煮物 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ハム野菜ソテー ○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 ○しば漬 ○牛乳
<b>昼 食</b>	○米飯 ○かぼちゃコロツケ ○水菜サラダ ○キウイフルーツ  ○コーヒーゼリー	○中華丼 ○中華スープ ○ふきの炒め煮 ○フルーツカクテル ○★複式献立の日★ ○あんかけ焼きそば  ○バームクーヘン	○米飯 ○サバの味噌煮 ○浅漬け ○パイナップル  ○せんべい	○米飯 ○おろしハンバーグ ○豆腐のきのこあんかけ ○黄桃缶  ○あんどーナツ	○鶏肉の唐揚げ丼 ○スープ ○大根とぼたての梅和え ○キウイフルーツ ○★複式献立の日★ OB: ミートスパゲッティ  ○シュークリーム	○米飯 ○麻婆豆腐 ○もやしのナムル ○洋なし缶  ○ミニエクレア	○米飯 ○ほっけの塩焼き ○大根の中華炒め ○オレンジ  ○レモンケーキ
<b>夕 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のハーブ焼き ○胡瓜のしその実漬け ○うぐいす豆	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の香味ソース ○豚肉と舞茸のきんぴら ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のプルコギ ○わかめの中華和え ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○ごぼうの南蛮炒め ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○鮭のマリネ ○うの花 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○カイのみそバター焼き ○胡瓜のしその実漬け ○ぶどうジュース	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のパン粉焼き ○冷奴 ○しそ昆布
<b>栄養 量 目 安</b>	[ エネルギー ] 1391 kcal [ タンパク質 ] 51.6 g [ 脂 質 ] 33.7 g [ 炭水化物 ] 227.2 g [ 塩 分 ] 7.5 g	[ エネルギー ] 1957 kcal [ タンパク質 ] 70.3 g [ 脂 質 ] 52.1 g [ 炭水化物 ] 298.5 g [ 塩 分 ] 11.3 g	[ エネルギー ] 1718 kcal [ タンパク質 ] 62.7 g [ 脂 質 ] 54.6 g [ 炭水化物 ] 251.2 g [ 塩 分 ] 8.0 g	[ エネルギー ] 1558 kcal [ タンパク質 ] 59.7 g [ 脂 質 ] 42.1 g [ 炭水化物 ] 238.2 g [ 塩 分 ] 9.3 g	[ エネルギー ] 1328 kcal [ タンパク質 ] 50.6 g [ 脂 質 ] 42.9 g [ 炭水化物 ] 191.1 g [ 塩 分 ] 9.3 g	[ エネルギー ] 1536 kcal [ タンパク質 ] 61.5 g [ 脂 質 ] 45.5 g [ 炭水化物 ] 222.4 g [ 塩 分 ] 6.5 g	[ エネルギー ] 1422 kcal [ タンパク質 ] 63.6 g [ 脂 質 ] 35.9 g [ 炭水化物 ] 217.9 g [ 塩 分 ] 8.5 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： 2023年05月22日(月) ～ 2023年05月28日(日)

	5月22日(月)	5月23日(火)	5月24日(水)	5月25日(木)	5月26日(金)	5月27日(土)	5月28日(日)
<b>朝 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の西京焼き ○キャベツとハム和え ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○野沢菜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○揚出し豆腐の甘辛煮 ○ジャーマンポテト ○たくあん漬け ○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 ○ひきないり ○桜漬け ○牛乳	○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 ○ふんわりオムレツ ○じゃが芋のソテー ○のり佃煮 ○牛乳
<b>昼 食</b>	○米飯 ○豚肉のオイスター炒め ○玉葱とわかめの酢の物 ○アセロラジュレ  ○黒糖まんじゅう	○かつお飯 ○北見たまコロッケ ○春雨のうま煮 ○パイン ○★おすすめメニュー★  ○やわらかクッキー	○米飯 ○竹のちゃんちゃん焼き ○味噌マヨネーズ和え ○りんごフルーチェ  ○ココアワッフル	○米飯 ○炒り鶏 ○アスパラ和風マヨがけ ○キウイフルーツ  ○やわらかおかき	○米飯 ○豚肉のキムチ炒め ○さつまいもサラダ ○夏みかんヨーグルト  ○抹茶ババロア	○カレーライス ○*福神漬 ○中華風和え物 ○オレンジ  ○芋ようかん	○米飯 ○鶏肉のハーブ焼き ○若布とアスパラのツツタ ○キウイフルーツ  ○クレープ
<b>夕 食</b>	○菜飯 ○みそ汁 ○かに玉 ○彩りサラダ ○乳酸菌飲料	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉和風和シソース ○大根とサマ揚げの煮物 ○ヨーグルトいちごソース	○米飯 ○みそ汁 ○八宝菜 ○酢の物 ○ザーサイ	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚のおろし煮 ○車麩と里芋の含め煮 ○かっぱ漬け	○米飯 ○みそ汁 ○エビ団子チリ風卵炒め ○三色浅漬け ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけみりん漬け焼き ○小松菜の炒り煮 ○しその実漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚しゃぶの胡麻だれ ○豆腐おろし煮 ○金時豆
<b>栄養 量 目 安</b>	[ エネルギー ] 1640 kcal [ タンパク質 ] 56.7 g [ 脂 質 ] 49.1 g [炭水化物] 249.0 g [ 塩 分 ] 10.3 g	[ エネルギー ] 1435 kcal [ タンパク質 ] 51.1 g [ 脂 質 ] 30.2 g [炭水化物] 247.2 g [ 塩 分 ] 7.5 g	[ エネルギー ] 1612 kcal [ タンパク質 ] 55.4 g [ 脂 質 ] 52.4 g [炭水化物] 231.0 g [ 塩 分 ] 9.6 g	[ エネルギー ] 1334 kcal [ タンパク質 ] 59.3 g [ 脂 質 ] 27.8 g [炭水化物] 219.2 g [ 塩 分 ] 8.9 g	[ エネルギー ] 1741 kcal [ タンパク質 ] 57.0 g [ 脂 質 ] 64.3 g [炭水化物] 241.9 g [ 塩 分 ] 8.2 g	[ エネルギー ] 1563 kcal [ タンパク質 ] 53.3 g [ 脂 質 ] 39.7 g [炭水化物] 257.4 g [ 塩 分 ] 9.4 g	[ エネルギー ] 1703 kcal [ タンパク質 ] 69.7 g [ 脂 質 ] 61.0 g [炭水化物] 224.1 g [ 塩 分 ] 7.6 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： 2023年05月29日(月) ～ 2023年06月04日(日)

	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)	6月1日(木)	6月2日(金)	6月3日(土)	6月4日(日)
<b>朝 食</b>	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○高野と枝豆の卵とじ ○味噌マヨネーズ和え ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○ひきなირ ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳				
<b>昼 食</b>	○米飯 ○あじの梅煮 ○豚肉と舞茸のきんぴら ○フルーチェ(ぶどう)  ○マドレーヌ	○米飯 ○肉豆腐 ○マカロニサラダ ○キウイフルーツ  ○お茶まんじゅう	○米飯 ○鶏肉トマト煮 ○昆布茶和え ○夏みかん缶  ○コーヒーゼリー				
<b>夕 食</b>	○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 ○鯖の塩焼き ○トマトサラダ ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の卵とじ煮 ○冷奴 ○ぶどうジュース				
<b>栄養 量 目 安</b>	[エネルギー] 1566 kcal [タンパク質] 59.9 g [脂質] 41.7 g [炭水化物] 243.1 g [塩分] 9.2 g	[エネルギー] 1644 kcal [タンパク質] 58.9 g [脂質] 55.3 g [炭水化物] 231.4 g [塩分] 9.2 g	[エネルギー] 1578 kcal [タンパク質] 62.1 g [脂質] 44.4 g [炭水化物] 238.1 g [塩分] 8.3 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。