

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2023年06月25日(日) ～ 2023年07月01日(土)

	6月25日(日)	6月26日(月)	6月27日(火)	6月28日(水)	6月29日(木)	6月30日(金)	7月1日(土)
朝 食	○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 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○物々西京焼き ○フゲン菜の和風ドレ和え ○しそ昆布 ○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 ○温泉卵 ○刻昆布の炒め煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○炒り煮 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○白菜とツナの炒り煮 ○つぼ漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○あじの唐揚げ野菜あん ○杓苺草とかのナムル ○黄桃・キウイ	○米飯 ○カニクリームコロッケ ○シーザーサラダ ○夏みかん缶	○米飯 ○肉団子の中華風煮 ○大根とほたての梅和え ○キウイフルーツ	○夏野菜カレーライス ○*福神漬 ○マリネサラダ ○杏仁フルーツ	○米飯 ○赤魚のおろし煮 ○ほうれん草わさび和え ○オレンジ	○米飯 ○鶏肉トマト煮 ○レタスとコーンサラダ ○みかん缶	○米飯 ○あじの梅煮 ○筑前煮 ○カクテルゼリー
食	○やわらかおかき	○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	○パームクーヘン
夕 食	○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 ○鶏肉のハーブ焼き ○海鮮ブロッコリー炒め ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○かに豆腐 ○枵らとめかぶ和え ○べったら漬け	○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 ○豚肉と大根の酢炒め ○ポテトサラダ ○金時豆	○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 ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のプルコギ炒め ○もずくの酢の物 ○しその実漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1411 kcal [タンパク質] 49.5 g [脂 質] 40.5 g [炭水化物] 220.2 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1493 kcal [タンパク質] 56.9 g [脂 質] 41.5 g [炭水化物] 228.0 g [塩 分] 8.6 g	[エネルギー] 1425 kcal [タンパク質] 48.5 g [脂 質] 29.0 g [炭水化物] 249.8 g [塩 分] 9.4 g	[エネルギー] 1680 kcal [タンパク質] 53.6 g [脂 質] 58.2 g [炭水化物] 246.4 g [塩 分] 9.5 g	[エネルギー] 1605 kcal [タンパク質] 62.1 g [脂 質] 48.0 g [炭水化物] 232.0 g [塩 分] 8.1 g	[エネルギー] 1384 kcal [タンパク質] 63.0 g [脂 質] 28.0 g [炭水化物] 225.9 g [塩 分] 10.1 g	[エネルギー] 1577 kcal [タンパク質] 61.0 g [脂 質] 41.3 g [炭水化物] 247.8 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： 2023年07月02日(日) ～ 2023年07月08日(土)

	7月2日(日)	7月3日(月)	7月4日(火)	7月5日(水)	7月6日(木)	7月7日(金)	7月8日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○オムレツ ○ハムとじゃが芋の炒め物 ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ごぼう炒め ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○魚肉ソーセージ'ケチャップ'ソテー ○切干大根の煮物 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○ひじき煮 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○チンゲン菜のお浸し ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚西京焼き ○キャベツと卵のソテー ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○刻昆布の炒め煮 ○桜漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○麻婆なす ○青菜のゴマ和え ○ザーサイ ○せんべい	○米飯 ○鯖の塩焼き ○肉じゃが ○パイナップル ○あんどーナツ	○米飯 ○焼き肉 ○胡瓜の浅漬け ○黄桃缶 ○シュークリーム	○米飯 ○白身魚フライ ○春雨の中華サラダ ○すいか ○★さくら納涼祭★ ○★さくら納涼祭★	○米飯 ○豚肉のオイスター煮 ○炒り豆腐 ○オレンジ ○レモンケーキ	○ちらし寿司 ○清汁 ○おろしとえのき梅肉和え ○七夕ゼリー ○★七夕メニュー★ ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○豆腐のヒリ辛炒め ○水菜サラダ ○みかんヨーグルト ○やわらかクッキー
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○竹のごましょうゆ焼き ○油麩の卵とじ ○かつば漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉の甘酢だれがけ ○キャベツの胡麻サラダ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけのみりん焼き ○じゃが芋ベーコン蒸し ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○肉豆腐 ○酢の物 ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○かに玉 ○キャベツの塩炒め ○金時豆	○米飯 ○中華スープ ○鶏肉和風和ソッソース ○アスパラの炒め物 ○ぶどうジュース	○米飯 ○スープ ○サワラの梅みそ焼き ○チーズポテトサラダ ○高菜漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1601 kcal [タンパク質] 60.8 g [脂 質] 52.8 g [炭水化物] 228.1 g [塩 分] 10.1 g	[エネルギー] 1626 kcal [タンパク質] 65.4 g [脂 質] 40.2 g [炭水化物] 251.6 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1553 kcal [タンパク質] 56.3 g [脂 質] 47.4 g [炭水化物] 232.9 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1473 kcal [タンパク質] 48.3 g [脂 質] 43.5 g [炭水化物] 226.8 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1749 kcal [タンパク質] 63.5 g [脂 質] 58.1 g [炭水化物] 247.5 g [塩 分] 8.7 g	[エネルギー] 1497 kcal [タンパク質] 59.8 g [脂 質] 32.8 g [炭水化物] 240.0 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1596 kcal [タンパク質] 63.6 g [脂 質] 57.6 g [炭水化物] 213.3 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07月09日(日) ～ 2023年07月15日(土)

	7月9日(日)	7月10日(月)	7月11日(火)	7月12日(水)	7月13日(木)	7月14日(金)	7月15日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソーテー ○竹輪と大根の煮物 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○がんも煮 ○キャベツとハム和え ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○青菜と油揚げの炒り煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○オムレツ ○煮びたし ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○野菜炒め ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(鯖) ○炒り煮 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○ほうれん草のお浸し ○たいみそ ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鮭の青海苔マヨ焼き ○ごぼうの南蛮炒め ○キウイフルーツ ○ココアワッフル	○カレーライス ○福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○黄桃缶 ○やわらかおかき	○米飯 ○サバのカレー焼き ○ブロッコリーかにかまサラダ ○マンゴープリン ○抹茶パバロア	○米飯 ○豚肉のプルコギ炒め ○ほうれん草わさび和え ○パイ ○芋ようかん	○米飯 ○野菜コロッケ ○グリーンサラダ ○いちごフルーチェ ○マドレーヌ	○牛丼 ○みそ汁 ○春菊のごま和え ○みかん缶 ○★複式献立の日★ ○ピリ辛ラーメンサラダ ○お茶まんじゅう	○米飯 ○八宝菜 ○もやしのナムル ○杏仁豆腐マゴ-ソース ○コーヒーゼリー
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○とり肉のねぎソースかけ ○スープ煮 ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○あじの梅煮 ○大根炒り ○ジョア	○チャーハン ○中華スープ ○錦糸シュウマイ ○きゅうりの酢の物	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけみりん漬け焼き ○シーザーサラダ ○しその実漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏の味噌漬け焼き ○冷奴 ○ぶどうジュース	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子と野菜の黒酢ソ ○白菜と塩昆布のもみ漬 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○豆腐とカニの卵とじ ○高菜漬
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1583 kcal [タンパク質] 63.1 g [脂質] 48.8 g [炭水化物] 230.4 g [塩分] 9.7 g	[エネルギー] 1610 kcal [タンパク質] 57.0 g [脂質] 50.5 g [炭水化物] 241.3 g [塩分] 11.8 g	[エネルギー] 1594 kcal [タンパク質] 63.4 g [脂質] 54.9 g [炭水化物] 225.4 g [塩分] 7.1 g	[エネルギー] 1607 kcal [タンパク質] 57.3 g [脂質] 44.6 g [炭水化物] 248.8 g [塩分] 8.2 g	[エネルギー] 1545 kcal [タンパク質] 56.8 g [脂質] 36.6 g [炭水化物] 254.2 g [塩分] 6.3 g	[エネルギー] 1747 kcal [タンパク質] 68.6 g [脂質] 36.4 g [炭水化物] 297.5 g [塩分] 11.5 g	[エネルギー] 1521 kcal [タンパク質] 57.9 g [脂質] 43.7 g [炭水化物] 226.8 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07月16日(日) ～ 2023年07月22日(土)

	7月16日(日)	7月17日(月)	7月18日(火)	7月19日(水)	7月20日(木)	7月21日(金)	7月22日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○チンゲン菜のごま和え ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○魚肉ソーゼツ [®] キャップ ソテー ○キャベツのスープ煮 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○じゃが芋のそぼろ煮 ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○ソーゼツ [®] と野菜のソテー ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソテー ○豆腐とひじきの炒り煮 ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○ひきないり ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○白菜とさつま揚げ炒り煮 ○桜漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○竹のごましょうゆ焼き ○チーズポテトサラダ ○白桃ヨーグルト ○バームクーヘン	○米飯 ○親子煮 ○もずくの酢の物 ○オレンジ ○せんべい	○温玉しらす丼 ○清汁 ○彩りサラダ ○いちごフルーチェ ○★複式献立の日★ ○温玉しらすソーメン ○あんドーナツ	○米飯 ○かに玉 ○春雨の中華サラダ ○みかんヨーグルト ○シュークリーム	○米飯 ○よこすか海軍カレーコロッケ ○白菜とツナの炒り煮 ○オレンジ ○★おすすめメニュー★ ○アイス風デザート	○米飯 ○黄金かれいの煮付け ○キャベツの梅ドレ和え ○フルーチェ(ぶどう) ○レモンケーキ	○米飯 ○鶏のみそバター焼き ○かぼちゃサラダ ○洋梨ヨーグルト和え ○黒糖まんじゅう
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のハーブ焼き ○ハムとじゃが芋の炒め物 ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○サバの塩焼き ○うま塩サラダ ○乳酸菌飲料	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のさっぱり煮 ○ほうれん草なめ茸和え ○しその実漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の塩焼き ○冷奴 ○うぐいす豆	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の煮付け ○かぼちゃの甘煮 ○つぼ漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚しゃぶの胡麻だれ ○酢の物 ○豆昆布	○米飯 ○みそ汁 ○鱈の野菜黒酢あん ○アスパラサラダ ○ぶどうジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1621 kcal [タンパク質] 65.1 g [脂 質] 47.8 g [炭水化物] 238.2 g [塩 分] 9.3 g	[エネルギー] 1452 kcal [タンパク質] 62.8 g [脂 質] 35.8 g [炭水化物] 233.0 g [塩 分] 9.3 g	[エネルギー] 1840 kcal [タンパク質] 96.1 g [脂 質] 42.4 g [炭水化物] 282.7 g [塩 分] 12.7 g	[エネルギー] 1544 kcal [タンパク質] 62.8 g [脂 質] 41.0 g [炭水化物] 239.1 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1454 kcal [タンパク質] 51.4 g [脂 質] 38.9 g [炭水化物] 232.3 g [塩 分] 9.4 g	[エネルギー] 1707 kcal [タンパク質] 61.1 g [脂 質] 60.5 g [炭水化物] 231.3 g [塩 分] 12.2 g	[エネルギー] 1505 kcal [タンパク質] 61.7 g [脂 質] 33.1 g [炭水化物] 249.6 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07月23日(日) ～ 2023年07月29日(土)

	7月23日(日)	7月24日(月)	7月25日(火)	7月26日(水)	7月27日(木)	7月28日(金)	7月29日(土)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○魚肉ソーセージ'ケチャップ'ソテー ○小松菜のお浸し ○のり佃煮 ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○ごぼう炒め ○しそ昆布 ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○切干大根の煮物 ○しその実漬け ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○しば漬 ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○大根のツナ煮 ○たくあん漬け ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○揚出し豆腐の甘辛煮 ○ほうれん草のお浸し ○はりはり漬け ○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
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○長芋きざみとろろ ○キウイフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○サバのねぎ味噌焼き ○根菜の含め煮 ○オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○エビ団子チリ風卵炒め ○レタスとコーンサラダ ○フルーツカクテル 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○豚肉のオイスター煮 ○'ロココ'かにかま'ワッフル' ○マンゴープリン 	<ul style="list-style-type: none"> ○野菜カレー ○*福神漬 ○マカロニサラダ ○パイン 	<ul style="list-style-type: none"> ○うなぎちらし寿司 ○清汁 ○'和'やと長芋の和え物 ○アセロラゼリー ○★土用の丑の日★ 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○和風ハンバーグ ○キャベツの塩炒め ○黄桃・キウイ
食	○やわらかクッキー	○ココアワッフル	○やわらかおかし	○アイス風デザート	○抹茶ババロア	○芋ようかん	○マドレーヌ
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○あじの梅煮 ○春雨マヨワッフル ○高菜漬け 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○麻婆豆腐 ○ビーフンソテー ○ザーサイ 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○たらの香草パン粉焼き ○じゃが芋のスープ煮 ○みそ漬け 	<ul style="list-style-type: none"> ○チャーハン ○ワカメきのこスープ ○豆腐しゅうまい ○ぶどうジュース 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの山椒味噌焼き ○オクラのなめたけ和え ○金時豆 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のケチャップ煮 ○冷奴 ○野沢菜漬 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○中華スープ ○赤魚の煮付け ○麻婆春雨 ○大根甘酢漬け
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1516 kcal [タンパク質] 53.2 g [脂質] 48.2 g [炭水化物] 225.3 g [塩分] 8.2 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1563 kcal [タンパク質] 61.1 g [脂質] 47.2 g [炭水化物] 232.3 g [塩分] 9.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1463 kcal [タンパク質] 57.1 g [脂質] 36.4 g [炭水化物] 220.9 g [塩分] 8.9 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1739 kcal [タンパク質] 56.7 g [脂質] 62.7 g [炭水化物] 242.0 g [塩分] 7.0 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1465 kcal [タンパク質] 57.8 g [脂質] 34.2 g [炭水化物] 240.6 g [塩分] 8.2 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1587 kcal [タンパク質] 54.4 g [脂質] 44.4 g [炭水化物] 245.6 g [塩分] 9.2 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1586 kcal [タンパク質] 56.8 g [脂質] 44.0 g [炭水化物] 244.1 g [塩分] 7.7 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： 2023年07月30日(日) ～ 2023年08月05日(土)

	7月30日(日)	7月31日(月)	8月1日(火)	8月2日(水)	8月3日(木)	8月4日(金)	8月5日(土)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○ソーセージと野菜のソテー ○つぼ漬け ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソテー ○白菜の炒め煮 ○野沢菜漬 ○牛乳 					
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○鶏肉和風おソッソース ○スパサラダ(ツナ) ○オレンジ <p>○お茶まんじゅう</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○竹のみそバター焼き ○水菜サラダ ○ヨーグルトソースがけ <p>○コーヒーゼリー</p>					
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○かに豆腐 ○胡瓜のしその実漬け ○ジョア 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯 ○みそ汁 ○チンジャオロース ○根菜の煮物 ○桜漬け 					
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1445 kcal [タンパク質] 57.7 g [脂質] 34.0 g [炭水化物] 229.8 g [塩分] 8.2 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1624 kcal [タンパク質] 60.4 g [脂質] 55.6 g [炭水化物] 227.7 g [塩分] 9.2 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。