

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2024年09月29日(日) ～ 2024年10月05日(土)

	9月29日(日)	9月30日(月)	10月1日(火)	10月2日(水)	10月3日(木)	10月4日(金)	10月5日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○チンゲン菜のお浸し ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○スープ ○厚焼き卵 ○刻昆布の炒め煮 ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○キャベツと卵のソテー ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○ひじき煮 ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○切干大根の煮物 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○がんも煮 ○チンゲン菜のお浸し ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○スクランブルエッグ ○炒り煮 ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉のケチャップ炒め ○水菜サラダ ○洋なし缶 ○ワッフル	○米飯 ○白身魚マスタード焼き ○白菜とさつま揚げ炒り煮 ○カクテルゼリー ○コーヒーゼリー	○米飯 ○焼き肉 ○ほうれん草なめ茸和え ○白桃缶 ○バームクーヘン	○米飯 ○鮭の青海苔マヨ焼き ○油麴の煮物 ○パイン缶 ○せんべい	○カレーライス ○福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○ヨーグルトソースがけ ○あんドーナツ	○米飯 ○豚肉の柳川風 ○ほうれん草わさび和え ○フルーツカクテル ○やわらかクッキー	○米飯 ○麻婆豆腐 ○マカロニサラダ ○マンゴープリン ○シュークリーム
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけのみりん焼き ○白菜と塩昆布のもみ漬 ○しば漬	○えびピラフ ○ワカメきのこスープ ○そぼろあんかけ豆腐 ○みかん缶	○米飯 ○みそ汁 ○サバの塩焼き ○大根のスープ煮 ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○煮込みハンバーグ ○春雨の中華サラダ ○はりはり漬け	○米飯 ○みそ汁 ○たらちり風 ○キャベツ塩だれ和え ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○かれいの味噌焼き ○ジャーマンポテト ○ぶどうジュース	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけみりん漬け焼き ○長芋の梅和え ○野沢菜漬
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1468 kcal [タンパク質] 54.3 g [脂 質] 44.8 g [炭水化物] 219.9 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1368 kcal [タンパク質] 55.4 g [脂 質] 34.9 g [炭水化物] 217.0 g [塩 分] 6.2 g	[エネルギー] 1638 kcal [タンパク質] 60.1 g [脂 質] 49.7 g [炭水化物] 244.7 g [塩 分] 8.4 g	[エネルギー] 1668 kcal [タンパク質] 64.8 g [脂 質] 55.4 g [炭水化物] 233.4 g [塩 分] 9.5 g	[エネルギー] 1559 kcal [タンパク質] 63.3 g [脂 質] 43.8 g [炭水化物] 236.1 g [塩 分] 11.2 g	[エネルギー] 1553 kcal [タンパク質] 61.8 g [脂 質] 43.4 g [炭水化物] 218.2 g [塩 分] 8.2 g	[エネルギー] 1564 kcal [タンパク質] 62.5 g [脂 質] 46.6 g [炭水化物] 234.8 g [塩 分] 8.3 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承ください。

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2024年10月06日(日) ～ 2024年10月12日(土)

	10月6日(日)	10月7日(月)	10月8日(火)	10月9日(水)	10月10日(木)	10月11日(金)	10月12日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○揚げ出し豆腐の甘辛煮 ○竹輪と大根の煮物 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○煮びたし ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○野菜炒め ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○青菜と油揚げの炒り煮 ○桜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○チンゲン菜のごま和え ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○ジャーマンポテト ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○厚焼き卵 ○ソーセージと野菜のソテー ○しば漬 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○赤魚の粕漬け焼き ○筑前煮 ○オレンジ ○レモンケーキ	○米飯 ○肉豆腐 ○ほうれん草のお浸し ○洋なし缶 ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○鮭の塩焼き ○かぼちゃサラダ ○ヨーグルトソースがけ ○やわらかクッキー	○米飯 ○和風ハンバーグ ○キャベツの塩炒め ○白桃缶 ○ココアワッフル	○米飯 ○ほっけの山椒味噌焼き ○大根とホタテの含め煮 ○フルーツカクテル ○やわらかおかき	○豚バラ味噌煮込み丼 ○清汁 ○もやしのナムル ○いちごムース ○★複式献立の日★ ○焼きうどん ○ドームケーキ	○米飯 ○サバの味噌煮 ○大根のきんぴら ○みかん缶 ○芋ようかん
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉入り野菜炒め ○きゅうりの酢の物 ○豆昆布	○米飯 ○スープ ○かに玉 ○胡瓜のしその実漬 ○野菜ジュース	○チャーハン ○スープ ○えびシュウマイ ○野菜サラダ	○米飯 ○みそ汁 ○あじの南蛮漬 ○ビーフンソテー ○つぼ漬	○カレーライス ○*福神漬 ○うま塩サラダ ○洋なし缶	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○温奴 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉となすの炒め煮 ○コールスローサラダ ○乳酸菌飲料
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1536 kcal [タンパク質] 63.6 g [脂 質] 39.5 g [炭水化物] 235.5 g [塩 分] 9.3 g	[エネルギー] 1473 kcal [タンパク質] 54.0 g [脂 質] 35.0 g [炭水化物] 240.1 g [塩 分] 9.6 g	[エネルギー] 1440 kcal [タンパク質] 50.1 g [脂 質] 40.6 g [炭水化物] 226.6 g [塩 分] 6.2 g	[エネルギー] 1522 kcal [タンパク質] 55.2 g [脂 質] 44.1 g [炭水化物] 225.1 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1384 kcal [タンパク質] 48.6 g [脂 質] 36.5 g [炭水化物] 207.1 g [塩 分] 8.6 g	[エネルギー] 1972 kcal [タンパク質] 70.6 g [脂 質] 65.3 g [炭水化物] 276.1 g [塩 分] 12.5 g	[エネルギー] 1759 kcal [タンパク質] 60.7 g [脂 質] 65.9 g [炭水化物] 243.1 g [塩 分] 7.3 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： 2024年10月13日(日) ～ 2024年10月19日(土)

	10月13日(日)	10月14日(月)	10月15日(火)	10月16日(水)	10月17日(木)	10月18日(金)	10月19日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○じゃが芋のそぼろ煮 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○キャベツさっと煮 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソテー ○キャベツとハム和え ○たいみそ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○ひきないうり ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○揚げ出し豆腐の甘辛煮 ○白菜とさつま揚げ炒り煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○魚肉ソーセージキャップソテー ○小松菜のお浸し ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○キャベツマヨ和え ○つば漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○グリルドチキンマトソース ○キャベツザーサイ和え ○キウイフルーツ ○マドレーヌ	○米飯 ○かれいの煮魚 ○炒り豆腐 ○カクテルゼリー ○ワッフル	○親子丼 ○みそ汁 ○春菊のごま和え ○ぶどうムース ○★複式献立の日★ ○味噌ラーメン ○どら焼き	○米飯 ○サバの塩焼き ○酢の物 ○マンゴープリン ○★さくら芋煮会★ ○バームクーヘン	○米飯 ○鶏肉のガリ бата炒め ○小松菜ツナ和え ○みかん缶 ○せんべい	○カレーライス ○* 福神漬 ○うま塩サラダ ○ヨーグルトいちごソース ○あんドーナツ	○米飯 ○赤魚の煮付け ○玉葱とわかめの酢の物 ○パイン缶 ○やわらかクッキー
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○さけハーブ焼き ○大根とほたての梅和え ○しその実漬け	○えびピラフ ○中華スープ ○シュウマイ ○マリネサラダ	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけみりん漬け焼き ○ポテトサラダ ○桜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のオイスター煮 ○三色浅漬け ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○ほきのごま味噌焼 ○じゃが芋ベーコン蒸し ○高菜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○あじの唐揚げ野菜あん ○きゅうり漬け ○ぶどうジュース	○米飯 ○みそ汁 ○エビ団子チリ風卵炒め ○ハムとじゃが芋の炒め物 ○はりはり漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1449 kcal [タンパク質] 62.9 g [脂 質] 36.8 g [炭水化物] 226.5 g [塩 分] 7.2 g	[エネルギー] 1555 kcal [タンパク質] 65.2 g [脂 質] 44.2 g [炭水化物] 218.8 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 2094 kcal [タンパク質] 85.8 g [脂 質] 64.5 g [炭水化物] 314.0 g [塩 分] 16.4 g	[エネルギー] 1658 kcal [タンパク質] 58.9 g [脂 質] 53.3 g [炭水化物] 242.6 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1364 kcal [タンパク質] 61.5 g [脂 質] 27.2 g [炭水化物] 227.0 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1435 kcal [タンパク質] 45.8 g [脂 質] 42.7 g [炭水化物] 225.6 g [塩 分] 8.5 g	[エネルギー] 1442 kcal [タンパク質] 54.3 g [脂 質] 37.8 g [炭水化物] 227.0 g [塩 分] 9.4 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： 2024年10月20日(日) ～ 2024年10月26日(土)

	10月20日(日)	10月21日(月)	10月22日(火)	10月23日(水)	10月24日(木)	10月25日(金)	10月26日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○切干大根の煮物 ○しその実漬け ○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 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○大根のツナ煮 ○たくあん漬け ○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 ○納豆 ○竹輪と大根の煮物 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○スクランブルエッグ ○青菜のベーコンソテー ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ソーセージと野菜のソテー ○若布とアスパラのツナサラダ ○桜漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉のケチャップ煮 ○白菜のみみ漬け ○フルーツカクテル ○シュークリーム	○五目ごはん ○きのこハンバーグ ○ほうれん草の辛子和え ○ヨーグルトソースがけ ○レモンケーキ	○米飯 ○エビとチリコロッケ ○白菜の中華煮 ○杏仁豆腐 ○★おすすめコロッケ★ ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○八宝菜 ○グリーンサラダ ○みかん缶 ○やわらかクッキー	○米飯 ○かれいのおろし煮 ○豚肉と舞茸のきんぴら ○カクテルゼリー ○ココアワッフル	○米飯 ○豚肉の甘辛いため ○たまごサラダ ○パイン缶 ○やわらかおかき	○米飯 ○豚肉の卵とじ煮 ○長芋の梅和え ○黄桃缶 ○ドームケーキ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○サバのねぎ味噌焼き ○根菜の含め煮 ○ジョア	○チャーハン ○スープ ○餃子 ○マリネサラダ	○米飯 ○みそ汁 ○たらこのマネズミ焼き ○小松菜の和え物 ○桜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の塩焼き ○ごぼう炒め ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のカレー炒め ○春雨の中華サラダ ○しその実漬け	○米飯 ○みそ汁 ○サバの味噌煮 ○豆腐とカニの卵とじ ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○竹のごましょうゆ焼き ○キャベツの塩炒め ○ぶどうジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1714 kcal [タンパク質] 65.1 g [脂 質] 54.6 g [炭水化物] 234.3 g [塩 分] 8.5 g	[エネルギー] 1541 kcal [タンパク質] 52.3 g [脂 質] 44.0 g [炭水化物] 239.9 g [塩 分] 9.5 g	[エネルギー] 1382 kcal [タンパク質] 45.0 g [脂 質] 33.7 g [炭水化物] 233.4 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1517 kcal [タンパク質] 57.5 g [脂 質] 47.1 g [炭水化物] 219.5 g [塩 分] 9.0 g	[エネルギー] 1522 kcal [タンパク質] 69.2 g [脂 質] 39.1 g [炭水化物] 219.4 g [塩 分] 6.6 g	[エネルギー] 1687 kcal [タンパク質] 64.1 g [脂 質] 64.9 g [炭水化物] 215.9 g [塩 分] 8.6 g	[エネルギー] 1705 kcal [タンパク質] 59.7 g [脂 質] 57.4 g [炭水化物] 243.7 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。ご了承ください。

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2024年10月27日(日) ～ 2024年11月02日(土)

	10月27日(日)	10月28日(月)	10月29日(火)	10月30日(水)	10月31日(木)	11月1日(金)	11月2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 ○揚げ出し豆腐の甘辛煮 ○白菜とツナの炒り煮 ○桜漬け ○牛乳		
昼 食	○米飯 ○鶏肉和風和シソソース ○スパサラダ(ツナ) ○キウイフルーツ ○芋ようかん	○米飯 ○チンジャオロース ○大根の肉味噌がけ ○白桃缶 ○マドレーヌ	○米飯 ○かに玉風 ○さつま芋サラダ ○洋なし缶 ○ワッフル	○米飯 ○鶏の唐揚げ ○オクラとツナの和え物 ○ヨーグルトソースがけ ○どら焼き	○ゆかりごはん ○鯖の塩焼き ○きのこ和え(ごま) ○かぼちゃプリン ○クレープ		
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	○かにピラフ ○チャウダー風スープ ○シュウマイ ○ホウレン草のバターソテー	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の味噌マヨ焼き ○コールスローサラダ ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○白身魚マスタード焼き ○中華風和え物 ○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		
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1489 kcal [タンパク質] 64.9 g [脂 質] 29.3 g [炭水化物] 245.8 g [塩 分] 9.6 g	[エネルギー] 1784 kcal [タンパク質] 63.2 g [脂 質] 63.9 g [炭水化物] 245.4 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1541 kcal [タンパク質] 55.5 g [脂 質] 35.9 g [炭水化物] 252.9 g [塩 分] 9.2 g	[エネルギー] 1689 kcal [タンパク質] 67.6 g [脂 質] 49.0 g [炭水化物] 253.9 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1491 kcal [タンパク質] 54.5 g [脂 質] 47.9 g [炭水化物] 217.5 g [塩 分] 8.7 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。ご了承ください。