

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2024年01月28日(日) ～ 2024年02月03日(土)

	1月28日(日)	1月29日(月)	1月30日(火)	1月31日(水)	2月1日(木)	2月2日(金)	2月3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 ○みそ汁 ○目玉焼き ○野菜ソテー ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○揚出し豆腐の甘辛煮 ○竹輪と大根の煮物 ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○にらと卵の炒め ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○ほうれん草のお浸し ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○ひきなまり ○しその実漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉の卵とじ煮 ○三色浅漬け ○キウイフルーツ ○マドレーヌ	○米飯 ○赤魚のおろし煮 ○チーズポテトサラダ ○フルーツカクテル ○お茶まんじゅう	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○小松菜ツナ和え ○みかんフルーチェ ○コーヒーゼリー	○米飯 ○酢豚 ○ごまドレ和え ○黄桃缶 ○クレープ	○野菜カレー ○*福神漬 ○コールスローサラダ ○洋なし缶 ○バームクーヘン	○卵ロール・太巻寿司 ○清汁 ○炒り鶏 ○五目煮 ○みかん ○★節分★ ○季節の和菓子	○米飯 ○肉じゃが ○いんげんの和え物 ○りんご ○あんドーナツ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の煮付け ○ほうれん草めかぶ和え ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○チンジャオロース ○わかめの中華和え ○ぶどうジュース	○米飯 ○みそ汁 ○さばのピリ辛漬け焼き ○もやしのナムル ○しその実漬け	○米飯 ○みそ汁 ○白身魚ねぎ味噌焼き ○マカロニサラダ ○野沢菜漬	○米飯 ○清汁(椎茸・葱) ○たらちり鍋風 ○根菜の煮物 ○しば漬	○米飯 ○みそ汁 ○竹のごましょうゆ焼き ○キャベツの味噌炒め ○はりはり漬け	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の煮付け ○きゅうりの浅漬け ○うぐいす豆
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1534 kcal [タンパク質] 62.9 g [脂 質] 35.7 g [炭水化物] 243.0 g [塩 分] 8.4 g	[エネルギー] 1658 kcal [タンパク質] 58.6 g [脂 質] 53.8 g [炭水化物] 226.1 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1541 kcal [タンパク質] 56.1 g [脂 質] 46.0 g [炭水化物] 235.2 g [塩 分] 9.9 g	[エネルギー] 1619 kcal [タンパク質] 56.5 g [脂 質] 51.9 g [炭水化物] 238.0 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1475 kcal [タンパク質] 56.8 g [脂 質] 29.7 g [炭水化物] 251.5 g [塩 分] 10.4 g	[エネルギー] 1434 kcal [タンパク質] 59.8 g [脂 質] 27.7 g [炭水化物] 245.4 g [塩 分] 9.1 g	[エネルギー] 1558 kcal [タンパク質] 56.0 g [脂 質] 45.4 g [炭水化物] 235.8 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： 2024年02月04日(日) ～ 2024年02月10日(土)

	2月4日(日)	2月5日(月)	2月6日(火)	2月7日(水)	2月8日(木)	2月9日(金)	2月10日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○大根そぼろ煮 ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ソーゼツと野菜のソテー ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(マス) ○小松菜のお浸し ○野沢菜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○じゃが芋のそぼろ煮 ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○ほうれん草なめ茸和え ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○ほうれん草のバターソテー ○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 ○ふりかけ ○牛乳
昼 食	○米飯 ○かに玉 ○煮物 ○パイナップル ○やわらかクッキー	○米飯 ○サバの塩焼き ○春雨の炒め物 ○フルーツカクテル ○シュークリーム	○牛丼 ○卵スープ ○大根ほたてサラダ ○黄桃缶 ○★複式献立の日★ ○豚肉キムチ焼きうどん ○レモンケーキ	○米飯 ○豚肉のキムチ炒め ○春菊のごま和え ○フルーチェ(ぶどう) ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○竹の辛子醤油焼き ○刻昆布の炒め煮 ○キウイフルーツ ○やわらかクッキー	○ビビンバ丼 ○中華スープ ○ブロッコリーかにかまサダ ○ヨーグルトソースかけ ○★複式献立の日★ ○焼きそば ○ココアワッフル	○米飯 ○たらの青海苔マヨ焼き ○長芋の和え物 ○フルーツカクテル ○やわらかおかき
夕 食	○かにピラフ ○スープ ○野菜サラダ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○焼き肉 ○温奴 ○豆昆布	○米飯 ○みそ汁 ○鶏とアスパラ炒め ○マカロニサラダ ○はりはり漬け	○菜飯 ○みそ汁 ○おでん ○春雨の中華サラダ ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の山椒風味焼き ○ジャーマンポテト ○みそ漬け	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけみりん漬け焼き ○大根とツマ揚げの煮物 ○乳酸菌飲料	○米飯 ○みそ汁 ○グリルドチキンマトソース ○ポテトサラダ ○しそ昆布
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1479 kcal [タンパク質] 55.6 g [脂質] 33.1 g [炭水化物] 247.1 g [塩分] 8.6 g	[エネルギー] 1676 kcal [タンパク質] 64.5 g [脂質] 57.2 g [炭水化物] 219.9 g [塩分] 8.8 g	[エネルギー] 1867 kcal [タンパク質] 72.0 g [脂質] 57.1 g [炭水化物] 272.2 g [塩分] 11.3 g	[エネルギー] 1570 kcal [タンパク質] 56.9 g [脂質] 45.8 g [炭水化物] 237.8 g [塩分] 10.3 g	[エネルギー] 1471 kcal [タンパク質] 57.7 g [脂質] 45.0 g [炭水化物] 218.0 g [塩分] 8.5 g	[エネルギー] 2140 kcal [タンパク質] 86.8 g [脂質] 65.3 g [炭水化物] 314.5 g [塩分] 11.9 g	[エネルギー] 1497 kcal [タンパク質] 57.6 g [脂質] 41.5 g [炭水化物] 216.6 g [塩分] 9.2 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： 2024年02月11日(日) ～ 2024年02月17日(土)

	2月11日(日)	2月12日(月)	2月13日(火)	2月14日(水)	2月15日(木)	2月16日(金)	2月17日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の西京焼き ○白菜のクリーム煮 ○しその実漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○オクラとツナの和え物 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソテー ○切干大根と高野の煮物 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さば味噌煮 ○ツナじゃが ○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 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○もやしカレーソテー ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ソーセージと野菜のソテー ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○かに豆腐 ○水菜サラダ ○みかん ○抹茶ババロア	○米飯 ○八宝菜 ○酢の物 ○キウイフルーツ ○芋ようかん	○米飯 ○えびフライ ○豆腐のきのこあんかけ ○黄桃缶 ○マドレーヌ	○カレー風味ピラフ ○スープ ○煮込みハンバーグ ○杏仁フルーツ ○★バレンタインデーメニュー★ ○季節の和菓子	○米飯 ○鶏肉の照り煮 ○もやしと胡瓜和え物 ○いちごフルーチェ ○コーヒーゼリー	○米飯 ○さわらの韓国風味噌焼 ○わかめの中華和え ○パイン ○バームクーヘン	○米飯 ○麻婆豆腐 ○もやしのナムル ○カクテルゼリー ○せんべい
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の塩麴炒め ○生姜酢和え ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の香味ソース ○豚肉と舞茸のきんぴら ○高菜漬け	○ゆかりごはん ○みそ汁 ○おでん ○春雨サラダ ○桜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のオイスター炒め ○胡瓜のしその実漬け ○うぐいす豆	○米飯 ○みそ汁 ○竹の辛子醤油焼き ○里芋煮物 ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のハーブ焼き ○ごぼうの南蛮炒め ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○あじの南蛮漬け ○炒り鶏 ○高菜漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1477 kcal [タンパク質] 53.1 g [脂 質] 48.6 g [炭水化物] 210.2 g [塩 分] 9.6 g	[エネルギー] 1632 kcal [タンパク質] 58.2 g [脂 質] 50.8 g [炭水化物] 238.2 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1509 kcal [タンパク質] 46.4 g [脂 質] 44.6 g [炭水化物] 239.6 g [塩 分] 10.3 g	[エネルギー] 1856 kcal [タンパク質] 57.4 g [脂 質] 57.6 g [炭水化物] 286.1 g [塩 分] 10.8 g	[エネルギー] 1447 kcal [タンパク質] 60.3 g [脂 質] 27.8 g [炭水化物] 244.6 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1594 kcal [タンパク質] 70.0 g [脂 質] 38.7 g [炭水化物] 243.7 g [塩 分] 9.0 g	[エネルギー] 1495 kcal [タンパク質] 67.1 g [脂 質] 34.9 g [炭水化物] 237.7 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02月18日(日) ～ 2024年02月24日(土)

	2月18日(日)	2月19日(月)	2月20日(火)	2月21日(水)	2月22日(木)	2月23日(金)	2月24日(土)
朝 食	○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	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の西京焼き ○豆腐とひじきの炒り煮 ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○キャベツとハム和え ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○小松菜のソテー ○高菜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○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 ○白菜のクリーム煮 ○かつば漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○赤魚のマヨネーズ焼き ○大根の中華炒め ○みかん ○あんドーナツ	○カレーライス ○*福神漬 ○コールスローサラダ ○みかんヨーグルト ○やわらかクッキー	○米飯 ○コーンポタージュコロッケ ○シーザーサラダ ○りんご ○★おすすめコロッケ★ ○シュークリーム	○米飯 ○かれいの煮魚 ○ミモザサラダ ○パイナップル ○レモンケーキ	○米飯 ○豚肉の香味焼き ○炒り豆腐 ○キウイフルーツ ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○鮭の塩焼き ○含め煮 ○フルーツカクテル ○やわらかクッキー	○米飯 ○鯖みりん漬け焼き ○じゃが芋のスープ煮 ○いちごフルーチェ ○ココアワッフル
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の生姜炒め ○温奴 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○かに玉 ○ビーフンソテー ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○すき焼き風煮 ○温泉卵 ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○とり肉のねぎソースかけ ○じゃが芋のコンソメ煮 ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○ホキ味噌漬け焼き ○ブロッコリーとパプリカ炒め ○はりはり漬け	○チャーハン ○中華スープ ○かにしゅうまい ○長芋の梅和え	○米飯 ○コンソメスープ ○煮込みハンバーグ ○彩りサラダ ○ぶどうジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1596 kcal [タンパク質] 57.2 g [脂質] 55.2 g [炭水化物] 221.3 g [塩分] 8.4 g	[エネルギー] 1641 kcal [タンパク質] 60.0 g [脂質] 53.5 g [炭水化物] 237.4 g [塩分] 11.2 g	[エネルギー] 1689 kcal [タンパク質] 56.3 g [脂質] 64.8 g [炭水化物] 227.0 g [塩分] 8.9 g	[エネルギー] 1457 kcal [タンパク質] 60.9 g [脂質] 36.6 g [炭水化物] 231.0 g [塩分] 7.8 g	[エネルギー] 1512 kcal [タンパク質] 60.0 g [脂質] 43.9 g [炭水化物] 222.6 g [塩分] 7.3 g	[エネルギー] 1432 kcal [タンパク質] 54.0 g [脂質] 34.1 g [炭水化物] 218.0 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1674 kcal [タンパク質] 60.0 g [脂質] 54.8 g [炭水化物] 246.9 g [塩分] 9.1 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： 2024年02月25日(日) ～ 2024年03月02日(土)

	2月25日(日)	2月26日(月)	2月27日(火)	2月28日(水)	2月29日(木)	3月1日(金)	3月2日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○キャベツとツタの和え物 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○揚げ出し豆腐の甘辛煮 ○チンゲン菜のお浸し ○のり佃煮 ○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 ○大根と竹輪の煮物 ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○つぼ漬け ○牛乳		
昼 食	○米飯 ○鶏肉のカレー炒め ○じゃが芋のそぼろ煮 ○黄桃缶 ○抹茶ババロア	○米飯 ○豚肉のケチャップ炒め ○大根和風サラダ ○マンゴープリン ○やわらかおかき	○米飯 ○竹のちゃんちゃん焼き ○かぼちゃの甘煮 ○りんご ○芋ようかん	○米飯 ○豚肉の卵とじ煮 ○温奴 ○ヨーグルトソースがけ ○マドレーヌ	○米飯 ○サバの塩焼き ○レタスとコーンサラダ ○パイナップル ○お茶まんじゅう		
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○白身魚の梅あんかけ ○里芋のうま煮 ○高菜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけのみりん焼き ○春菊のごまマヨ和え ○乳酸菌飲料	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉の香味ソース ○たまごサラダ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○アジのみりん焼き ○春雨の中華サラダ ○ザーサイ	○米飯 ○みそ汁 ○肉豆腐 ○マカロニサラダ ○野沢菜漬		
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1471 kcal [タンパク質] 67.3 g [脂 質] 40.9 g [炭水化物] 219.8 g [塩 分] 5.7 g	[エネルギー] 1469 kcal [タンパク質] 49.9 g [脂 質] 45.1 g [炭水化物] 226.1 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1627 kcal [タンパク質] 67.4 g [脂 質] 38.3 g [炭水化物] 260.3 g [塩 分] 8.5 g	[エネルギー] 1483 kcal [タンパク質] 60.0 g [脂 質] 36.5 g [炭水化物] 234.0 g [塩 分] 8.8 g	[エネルギー] 1616 kcal [タンパク質] 61.5 g [脂 質] 54.3 g [炭水化物] 227.7 g [塩 分] 8.1 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。