

# 週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2024年05月26日(日) ～ 2024年06月01日(土)

|                   | 5月26日(日)                                                                                       | 5月27日(月)                                                                                       | 5月28日(火)                                                                                       | 5月29日(水)                                                                                       | 5月30日(木)                                                                                       | 5月31日(金)                                                                                       | 6月1日(土)                                                                                        |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 朝<br>食            | ○米飯<br>○みそ汁<br>○ふんわりオムレツ<br>○じゃが芋のソテー<br>○のり佃煮<br>○牛乳                                          | ○米飯<br>○みそ汁<br>○温泉卵<br>○豆腐とひじきの炒り煮<br>○かつば漬け<br>○牛乳                                            | ○米飯<br>○みそ汁<br>○高野と枝豆の卵とじ<br>○小松菜の味噌マヨ和え<br>○ふりかけ<br>○牛乳                                       | ○米飯<br>○みそ汁<br>○三色いなりの煮物<br>○ひきないり<br>○胡瓜の醤油漬け<br>○牛乳                                          | ○米飯<br>○みそ汁<br>○納豆<br>○キャベツとベーコンのソテー<br>○つぼ漬け<br>○牛乳                                           | ○米飯<br>○みそ汁<br>○肉団子<br>○刻昆布の炒め煮<br>○ふりかけ<br>○牛乳                                                | ○米飯<br>○みそ汁<br>○とろろ芋<br>○豆腐とひじきの炒り煮<br>○しば漬<br>○牛乳                                             |
| 昼<br>食            | ○米飯<br>○鶏肉のハーブ焼き<br>○彩りサラダ<br>○みかん缶<br><br>○抹茶ババロア                                             | ○米飯<br>○あじの梅煮<br>○豚肉と舞茸のきんぴら<br>○ぶどうムース<br><br>○芋ようかん                                          | ○米飯<br>○肉豆腐<br>○昆布茶和え<br>○キウイフルーツ<br><br>○マドレーヌ                                                | ○米飯<br>○グリルドチキントマトソース<br>○マカロニサラダ<br>○パイン缶<br><br>○お茶まんじゅう                                     | ○カレーライス<br>○*福神漬<br>○レタスとコーンサラダ<br>○オレンジ<br><br>○コーヒーゼリー                                       | ○米飯<br>○鮭のマリネ<br>○大根のピリ辛炒め<br>○マンゴープリン<br><br>○クレープ                                            | ○米飯<br>○ほっけの塩焼き<br>○彩りサラダ<br>○黄桃缶<br><br>○バームクーヘン                                              |
| 夕<br>食            | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○豚しゃぶの胡麻だれ<br>○豆腐おろし煮<br>○みそ漬け                                              | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○肉団子の中華風煮<br>○かぼちゃの甘煮<br>○ジョア                                               | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○鯖の塩焼き<br>○大根の甘酢漬け<br>○野沢菜漬                                                 | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○かに玉風<br>○胡瓜のしその実漬け<br>○ぶどうジュース                                             | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○鯖梅ねぎ焼き<br>○大根のかにか和え<br>○桜漬け                                                | ○米飯<br>○中華スープ<br><br>○八宝菜<br>○小松菜ツナ和え<br>○金時豆                                                  | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○鶏肉のタルタルがけ<br>○昆布茶和え<br>○ザーサイ                                               |
| 栄養<br>量<br>目<br>安 | [ エネルギー ] 1718 kcal<br>[ タンパク質 ] 69.3 g<br>[ 脂 質 ] 62.7 g<br>[ 炭水化物 ] 219.4 g<br>[ 塩 分 ] 8.4 g | [ エネルギー ] 1692 kcal<br>[ タンパク質 ] 66.4 g<br>[ 脂 質 ] 42.5 g<br>[ 炭水化物 ] 266.7 g<br>[ 塩 分 ] 9.0 g | [ エネルギー ] 1512 kcal<br>[ タンパク質 ] 56.4 g<br>[ 脂 質 ] 44.5 g<br>[ 炭水化物 ] 229.2 g<br>[ 塩 分 ] 8.9 g | [ エネルギー ] 1508 kcal<br>[ タンパク質 ] 55.0 g<br>[ 脂 質 ] 32.8 g<br>[ 炭水化物 ] 248.1 g<br>[ 塩 分 ] 8.4 g | [ エネルギー ] 1616 kcal<br>[ タンパク質 ] 56.4 g<br>[ 脂 質 ] 61.7 g<br>[ 炭水化物 ] 221.2 g<br>[ 塩 分 ] 9.8 g | [ エネルギー ] 1732 kcal<br>[ タンパク質 ] 61.9 g<br>[ 脂 質 ] 60.6 g<br>[ 炭水化物 ] 238.1 g<br>[ 塩 分 ] 8.0 g | [ エネルギー ] 1370 kcal<br>[ タンパク質 ] 56.9 g<br>[ 脂 質 ] 27.3 g<br>[ 炭水化物 ] 232.3 g<br>[ 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。ご了承お願い致します。

# 週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2024年06月02日(日) ～ 2024年06月08日(土)

|                   | 6月2日(日)                                                                                        | 6月3日(月)                                                                                        | 6月4日(火)                                                                                        | 6月5日(水)                                                                                        | 6月6日(木)                                                                                        | 6月7日(金)                                                                                        | 6月8日(土)                                                                                        |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 朝<br>食            | ○米飯<br>○みそ汁<br>○ウインナーソーテー<br>○白菜の炒め煮<br>○のり佃煮<br>○牛乳                                           | ○米飯<br>○みそ汁<br>○五色揚げの煮物<br>○キャベツとハム和え<br>○ふりかけ<br>○牛乳                                          | ○米飯<br>○みそ汁<br>○ツナじゃが<br>○小松菜のお浸し<br>○桜漬け<br>○牛乳                                               | ○米飯<br>○みそ汁<br>○温泉卵<br>○キャベツさっと煮<br>○しその実漬け<br>○牛乳                                             | ○米飯<br>○みそ汁<br>○さけフレーク<br>○高野と枝豆の卵とじ<br>○ふりかけ<br>○牛乳                                           | ○米飯<br>○みそ汁<br>○納豆<br>○ひきないり<br>○つぼ漬け<br>○牛乳                                                   | ○米飯<br>○みそ汁<br>○一口がんもの煮物<br>○ソーセージと野菜のソー<br>○のり佃煮<br>○牛乳                                       |
| 昼<br>食            | ○米飯<br>○豚肉のオイスター炒め<br>○和え物<br>○ピーチムース<br><br>○せんべい                                             | ○米飯<br>○肉じゃが<br>○大根ほたてサラダ<br>○みかん缶<br><br>○あんドーナツ                                              | ○米飯<br>○鶏肉のガリバタ炒め<br>○春雨の中華サラダ<br>○杏仁豆腐<br><br>○アイスクリーム                                        | ○米飯<br>○赤魚の煮付け<br>○にらと卵の炒め<br>○ぶどうムース<br><br>○シュークリーム                                          | ○米飯<br>○鶏肉の唐揚げ<br>○長芋の梅和え<br>○パイン缶<br><br>○レモンケーキ                                              | ○カレーライス<br>○*福神漬<br>○コールスローサラダ<br>○白桃缶<br><br>○黒糖まんじゅう                                         | ○米飯<br>○あじの塩焼き<br>○もやしのナムル<br>○カクテルゼリー<br><br>○やわらかクッキー                                        |
| 夕<br>食            | ○米飯<br>○みそ汁<br>○鮭塩焼き<br>○うの花<br>○高菜漬け                                                          | ○米飯<br>○みそ汁<br>○かに豆腐<br>○ほうれん草のゴマ和え<br>○たくあん漬け                                                 | ○米飯<br>○みそ汁<br>○かれいの煮魚<br>○白菜と胡瓜のもみ漬<br>○しそ昆布                                                  | ○かにピラフ<br>○コンソメスープ<br>○ポテトサラダ<br>○野菜ジュース                                                       | ○米飯<br>○みそ汁<br>○回鍋肉<br>○冷奴<br>○はりはり漬け                                                          | ○米飯<br>○みそ汁<br>○竹のごましょうゆ焼き<br>○玉葱とわかめの酢の物<br>○金時豆                                              | ○米飯<br>○みそ汁<br>○豆腐のピリ辛炒め<br>○マカロニサラダ<br>○ぶどうジュース                                               |
| 栄養<br>量<br>目<br>安 | [ エネルギー ] 1631 kcal<br>[ タンパク質 ] 54.6 g<br>[ 脂 質 ] 55.2 g<br>[ 炭水化物 ] 235.4 g<br>[ 塩 分 ] 8.4 g | [ エネルギー ] 1557 kcal<br>[ タンパク質 ] 50.0 g<br>[ 脂 質 ] 50.9 g<br>[ 炭水化物 ] 234.3 g<br>[ 塩 分 ] 9.0 g | [ エネルギー ] 1362 kcal<br>[ タンパク質 ] 64.0 g<br>[ 脂 質 ] 27.4 g<br>[ 炭水化物 ] 222.4 g<br>[ 塩 分 ] 7.1 g | [ エネルギー ] 1477 kcal<br>[ タンパク質 ] 53.8 g<br>[ 脂 質 ] 44.3 g<br>[ 炭水化物 ] 224.5 g<br>[ 塩 分 ] 8.9 g | [ エネルギー ] 1570 kcal<br>[ タンパク質 ] 57.0 g<br>[ 脂 質 ] 48.4 g<br>[ 炭水化物 ] 231.5 g<br>[ 塩 分 ] 8.6 g | [ エネルギー ] 1649 kcal<br>[ タンパク質 ] 61.4 g<br>[ 脂 質 ] 53.8 g<br>[ 炭水化物 ] 241.3 g<br>[ 塩 分 ] 9.4 g | [ エネルギー ] 1548 kcal<br>[ タンパク質 ] 54.7 g<br>[ 脂 質 ] 48.1 g<br>[ 炭水化物 ] 231.0 g<br>[ 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： 2024年06月09日(日) ～ 2024年06月15日(土)

|                   | 6月9日(日)                                                                                        | 6月10日(月)                                                                                       | 6月11日(火)                                                                                        | 6月12日(水)                                                                                       | 6月13日(木)                                                                                       | 6月14日(金)                                                                                        | 6月15日(土)                                                                                       |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 朝<br>食            | ○米飯<br>○みそ汁<br>○五色揚げの煮物<br>○チンゲン菜のお浸し<br>○ふりかけ<br>○牛乳                                          | ○米飯<br>○みそ汁<br>○納豆<br>○にらと卵の炒め<br>○かっぱ漬け<br>○牛乳                                                | ○米飯<br>○みそ汁<br>○オムレツ<br>○キャベツさっと煮<br>○はりはり漬け<br>○牛乳                                             | ○米飯<br>○みそ汁<br>○五色揚げの煮物<br>○ひきなまり<br>○しそ昆布<br>○牛乳                                              | ○米飯<br>○みそ汁<br>○温泉卵<br>○野菜炒め<br>○しば漬<br>○牛乳                                                    | ○米飯<br>○みそ汁<br>○肉詰めいなりの煮物<br>○チンゲン菜のごま和え<br>○ふりかけ<br>○牛乳                                        | ○米飯<br>○みそ汁<br>○とろろ芋<br>○豆腐とひじきの炒り煮<br>○胡瓜の醤油漬け<br>○牛乳                                         |
| 昼<br>食            | ○米飯<br>○かに玉<br>○しらすおろし<br>○キウイフルーツ<br><br>○ココアワッフル                                             | ○米飯<br>○豚肉の生姜炒め<br>○野菜サラダ<br>○ヨーグルトソースがけ<br><br>○抹茶パバロア                                        | ○海鮮あんかけ丼<br>○みそ汁<br>○きゅうりの浅漬け<br>○みかん缶<br>○★複式献立の日★<br>○あんかけ焼きそば<br><br>○芋ようかん                  | ○米飯<br>○豚肉のキムチ炒め<br>○小松菜の味噌マヨ和え<br>○フルーツカクテル<br><br>○マドレーヌ                                     | ○米飯<br>○竹のちゃんちゃん焼き<br>○ポテトサラダ<br>○白桃缶<br><br>○お茶まんじゅう                                          | ○豚丼<br>○清汁<br>○白菜とわかめの和え物<br>○みかんムース<br>○★複式献立の日★<br>○冷やし中華<br><br>○コーヒーゼリー                     | ○米飯<br>○アジみりん焼き<br>○刻昆布の炒め煮<br>○ヨーグルトいちごソース<br><br>○バームクーヘン                                    |
| 夕<br>食            | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○ほっけの七味焼き<br>○根菜の含め煮<br>○野沢菜漬                                               | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○かれの磯辺焼き<br>○胡麻酢和え<br>○しその実漬け                                               | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○赤魚の粕漬け焼き<br>○カリフラワー炒め<br>○乳酸菌飲料                                             | ○チャーハン<br>○中華スープ<br>○錦糸シュウマイ<br>○洋なし缶                                                          | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○豚肉となすの炒め煮<br>○レタスのサラダ<br>○たくあん漬け                                           | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○さばのピリ辛漬け焼き<br>○青菜の炒め物<br>○野菜ジュース                                            | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○鶏とアスパラ炒め<br>○カニ風味サラダ<br>○高菜漬け                                              |
| 栄養<br>量<br>目<br>安 | [ エネルギー ] 1343 kcal<br>[ タンパク質 ] 53.5 g<br>[ 脂 質 ] 25.8 g<br>[ 炭水化物 ] 227.5 g<br>[ 塩 分 ] 9.2 g | [ エネルギー ] 1574 kcal<br>[ タンパク質 ] 65.9 g<br>[ 脂 質 ] 50.2 g<br>[ 炭水化物 ] 219.2 g<br>[ 塩 分 ] 7.4 g | [ エネルギー ] 1818 kcal<br>[ タンパク質 ] 67.4 g<br>[ 脂 質 ] 36.5 g<br>[ 炭水化物 ] 317.4 g<br>[ 塩 分 ] 11.0 g | [ エネルギー ] 1680 kcal<br>[ タンパク質 ] 52.9 g<br>[ 脂 質 ] 54.8 g<br>[ 炭水化物 ] 231.3 g<br>[ 塩 分 ] 9.0 g | [ エネルギー ] 1671 kcal<br>[ タンパク質 ] 54.9 g<br>[ 脂 質 ] 64.1 g<br>[ 炭水化物 ] 226.9 g<br>[ 塩 分 ] 8.2 g | [ エネルギー ] 1902 kcal<br>[ タンパク質 ] 69.6 g<br>[ 脂 質 ] 58.7 g<br>[ 炭水化物 ] 284.7 g<br>[ 塩 分 ] 14.3 g | [ エネルギー ] 1457 kcal<br>[ タンパク質 ] 64.9 g<br>[ 脂 質 ] 30.1 g<br>[ 炭水化物 ] 239.4 g<br>[ 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06月16日(日) ～ 2024年06月22日(土)

|                   | 6月16日(日)                                                                                       | 6月17日(月)                                                                                       | 6月18日(火)                                                                                       | 6月19日(水)                                                                                       | 6月20日(木)                                                                                       | 6月21日(金)                                                                                       | 6月22日(土)                                                                                       |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 朝<br>食            | ○米飯<br>○みそ汁<br>○魚肉ソーセージ*ケチャップ*ソース<br>○小松菜のお浸し<br>○豆昆布<br>○牛乳                                   | ○米飯<br>○みそ汁<br>○納豆<br>○切干大根と高野の煮物<br>○かつば漬け<br>○牛乳                                             | ○米飯<br>○みそ汁<br>○一口がんもの煮物<br>○白菜の中華煮<br>○ふりかけ<br>○牛乳                                            | ○米飯<br>○みそ汁<br>○温泉卵<br>○根菜の煮物<br>○高菜漬け<br>○牛乳                                                  | ○米飯<br>○みそ汁<br>○揚げ出し豆腐の甘辛煮<br>○小松菜のお浸し<br>○ふりかけ<br>○牛乳                                         | ○米飯<br>○みそ汁<br>○納豆<br>○竹輪と大根の煮物<br>○たくあん漬け<br>○牛乳                                              | ○米飯<br>○みそ汁<br>○五目厚焼き卵<br>○キャベツの塩炒め<br>○桜漬け<br>○牛乳                                             |
| 昼<br>食            | ○米飯<br>○鶏のマスタード焼き<br>○油麴の卵とじ<br>○杏仁豆腐フルーツ<br><br>○せんべい                                         | ○わかめごはん(150g)<br>○みそ汁<br>○チーズコロッケ<br>○彩りサラダ<br>○ロールケーキ<br>○◎父の日メニュー◎<br><br>○あんドーナツ            | ○米飯<br>○グリルドチキンマトソース<br>○きゅうりの酢の物<br>○パイン缶<br><br>○アイスクリーム                                     | ○米飯<br>○竹のごましょうゆ焼き<br>○さつまいもサラダ<br>○オレンジ<br><br>○シュークリーム                                       | ○米飯<br>○オニオンバター和風ハンバーグ<br>○キャベツの胡麻サラダ<br>○マンゴープリン<br><br>○レモンケーキ                               | ○米飯<br>○鯖の山椒焼き<br>○揚げなすのみそがけ<br>○みかんムース<br><br>○黒糖まんじゅう                                        | ○米飯<br>○麻婆豆腐<br>○かぶのあんかけ<br>○パイン缶<br><br>○やわらかクッキー                                             |
| 夕<br>食            | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○ほっけ梅ねぎ焼き<br>○かぼちゃの甘煮<br>○野沢菜漬                                              | ○米飯<br>○みそ汁<br>○豚肉のキムチ炒め<br>○冷奴<br>○ジョア                                                        | ○米飯<br>○みそ汁<br>○厚揚げの生姜そぼろ煮<br>○わかめの青じそ和え<br>○たくあん漬け                                            | ○カレーライス<br>○*福神漬<br>○マリネサラダ<br>○ヨーグルトソースがけ                                                     | ○えびピラフ<br>○わかめスープ<br>○スパゲッティサラダ<br>○洋なし缶                                                       | ○米飯<br>○みそ汁<br>○豚肉とキャベツの炒め煮<br>○春雨の中華サラダ<br>○ぶどうジュース                                           | ○米飯<br>○清汁<br>○赤魚のおろし煮<br>○生姜和え<br>○胡瓜の醤油漬け                                                    |
| 栄養<br>量<br>目<br>安 | [ エネルギー ] 1523 kcal<br>[ タンパク質 ] 64.6 g<br>[ 脂 質 ] 39.1 g<br>[ 炭水化物 ] 236.5 g<br>[ 塩 分 ] 8.4 g | [ エネルギー ] 1753 kcal<br>[ タンパク質 ] 61.8 g<br>[ 脂 質 ] 56.1 g<br>[ 炭水化物 ] 257.3 g<br>[ 塩 分 ] 9.7 g | [ エネルギー ] 1399 kcal<br>[ タンパク質 ] 56.5 g<br>[ 脂 質 ] 32.4 g<br>[ 炭水化物 ] 226.6 g<br>[ 塩 分 ] 8.7 g | [ エネルギー ] 1676 kcal<br>[ タンパク質 ] 58.7 g<br>[ 脂 質 ] 64.0 g<br>[ 炭水化物 ] 226.9 g<br>[ 塩 分 ] 7.8 g | [ エネルギー ] 1497 kcal<br>[ タンパク質 ] 45.5 g<br>[ 脂 質 ] 37.7 g<br>[ 炭水化物 ] 241.2 g<br>[ 塩 分 ] 6.1 g | [ エネルギー ] 1664 kcal<br>[ タンパク質 ] 57.9 g<br>[ 脂 質 ] 58.6 g<br>[ 炭水化物 ] 235.1 g<br>[ 塩 分 ] 6.4 g | [ エネルギー ] 1294 kcal<br>[ タンパク質 ] 56.0 g<br>[ 脂 質 ] 30.7 g<br>[ 炭水化物 ] 208.0 g<br>[ 塩 分 ] 7.2 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06月23日(日) ～ 2024年06月29日(土)

|                   | 6月23日(日)                                                                                       | 6月24日(月)                                                                                       | 6月25日(火)                                                                                       | 6月26日(水)                                                                                       | 6月27日(木)                                                                                        | 6月28日(金)                                                                                       | 6月29日(土)                                                                                        |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 朝<br>食            | ○米飯<br>○みそ汁<br>○肉詰めいなりの煮物<br>○ほうれん草のお浸し<br>○はりはり漬け<br>○牛乳                                      | ○米飯<br>○みそ汁<br>○焼き魚(マス)<br>○豆腐とひじきの炒り煮<br>○ふりかけ<br>○牛乳                                         | ○米飯<br>○みそ汁<br>○一口がんもの煮物<br>○刻昆布の炒め煮<br>○しそ昆布<br>○牛乳                                           | ○米飯<br>○みそ汁<br>○とろろ芋<br>○ソーセージと野菜のソテー<br>○しば漬<br>○牛乳                                           | ○米飯<br>○みそ汁<br>○温泉卵<br>○チゲソウ菜の和風ドレ和え<br>○桜漬け<br>○牛乳                                             | ○米飯<br>○みそ汁<br>○さけフレーク<br>○ほうれん草のバターソテー<br>○ふりかけ<br>○牛乳                                        | ○米飯<br>○みそ汁<br>○とろろ芋<br>○白菜とツナの炒り煮<br>○つぼ漬け<br>○牛乳                                              |
| 昼<br>食            | ○米飯<br>○たらの香草パン粉焼き<br>○里芋のうま煮<br>○黄桃・キウイ<br><br>○ココアワッフル                                       | ○米飯<br>○野菜コロッケ<br>○シーザーサラダ<br>○みかん缶<br><br>○やわらかおかき                                            | ○米飯<br>○豚肉のプルコギ炒め<br>○大根とほたての梅和え<br>○キウイフルーツ<br><br>○抹茶ババロア                                    | ○夏野菜カレーライス<br>○*福神漬<br>○マリネサラダ<br>○杏仁フルーツ<br><br>○芋ようかん                                        | ○親子丼<br>○みそ汁<br>○ほうれん草わさび和え<br>○オレング<br>○★親子丼 さくら★<br><br>○マドレーヌ                                | ○米飯<br>○グリルドチキントマトソース<br>○レタスとコーンサラダ<br>○白桃缶<br><br>○お茶まんじゅう                                   | ○米飯<br>○あじの梅煮<br>○筑前煮<br>○カクテルゼリー<br><br>○コーヒーゼリー                                               |
| 夕<br>食            | ○米飯<br>○みそ汁<br>○豚肉のケチャップ炒め<br>○白菜のもみ漬け<br>○ジョア                                                 | ○米飯<br>○みそ汁<br>○かに豆腐<br>○オクラとめかぶ和え<br>○野沢菜漬                                                    | ○米飯<br>○清汁<br>○ほっけの塩焼き<br>○海鮮ブロッコリー炒め<br>○みそ漬け                                                 | ○米飯<br>○みそ汁<br>○サバの味噌煮<br>○セロリの香り炒め<br>○たくあん漬け                                                 | ○米飯<br>○みそ汁<br>○豚肉と大根*ソテー炒め<br>○ポテトサラダ<br>○金時豆                                                  | ○チャーハン<br>○スープ<br>○酢の物<br>○野菜ジュース                                                              | ○米飯<br>○みそ汁<br>○肉団子の中華風煮<br>○もずくの酢の物<br>○しその実漬け                                                 |
| 栄養<br>量<br>目<br>安 | [ エネルギー ] 1619 kcal<br>[ タンパク質 ] 56.9 g<br>[ 脂 質 ] 50.7 g<br>[ 炭水化物 ] 242.0 g<br>[ 塩 分 ] 8.3 g | [ エネルギー ] 1351 kcal<br>[ タンパク質 ] 47.3 g<br>[ 脂 質 ] 36.4 g<br>[ 炭水化物 ] 215.8 g<br>[ 塩 分 ] 8.1 g | [ エネルギー ] 1484 kcal<br>[ タンパク質 ] 55.1 g<br>[ 脂 質 ] 45.4 g<br>[ 炭水化物 ] 220.0 g<br>[ 塩 分 ] 8.7 g | [ エネルギー ] 1716 kcal<br>[ タンパク質 ] 53.8 g<br>[ 脂 質 ] 56.9 g<br>[ 炭水化物 ] 258.3 g<br>[ 塩 分 ] 9.7 g | [ エネルギー ] 1747 kcal<br>[ タンパク質 ] 70.8 g<br>[ 脂 質 ] 59.0 g<br>[ 炭水化物 ] 237.8 g<br>[ 塩 分 ] 10.0 g | [ エネルギー ] 1308 kcal<br>[ タンパク質 ] 50.8 g<br>[ 脂 質 ] 26.4 g<br>[ 炭水化物 ] 221.2 g<br>[ 塩 分 ] 7.6 g | [ エネルギー ] 1386 kcal<br>[ タンパク質 ] 53.7 g<br>[ 脂 質 ] 27.0 g<br>[ 炭水化物 ] 240.4 g<br>[ 塩 分 ] 10.3 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06月30日(日) ～ 2024年07月06日(土)

|                   | 6月30日(日)                                                                                       | 7月1日(月)                                                                         | 7月2日(火)                                                                         | 7月3日(水)                                                                         | 7月4日(木)                                                                         | 7月5日(金)                                                                         | 7月6日(土)                                                                         |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 朝<br>食            | ○米飯<br>○みそ汁<br>○オムレツ<br>○ハムとじゃが芋の炒め物<br>○のり佃煮<br>○牛乳                                           |                                                                                 |                                                                                 |                                                                                 |                                                                                 |                                                                                 |                                                                                 |
| 昼<br>食            | ○米飯<br>○麻婆なす<br>○青菜のゴマ和え<br>○ザーサイ<br><br>○クレープ                                                 |                                                                                 |                                                                                 |                                                                                 |                                                                                 |                                                                                 |                                                                                 |
| 夕<br>食            | ○米飯<br>○みそ汁<br><br>○竹のごましょうゆ焼き<br><br>○油麴の卵とじ<br>○かっぱ漬け                                        |                                                                                 |                                                                                 |                                                                                 |                                                                                 |                                                                                 |                                                                                 |
| 栄養<br>量<br>目<br>安 | [ エネルギー ] 1545 kcal<br>[ タンパク質 ] 57.4 g<br>[ 脂 質 ] 52.3 g<br>[ 炭水化物 ] 216.2 g<br>[ 塩 分 ] 8.9 g | [ エネルギー ] 0 kcal<br>[ タンパク質 ] 0 g<br>[ 脂 質 ] 0 g<br>[ 炭水化物 ] 0 g<br>[ 塩 分 ] 0 g | [ エネルギー ] 0 kcal<br>[ タンパク質 ] 0 g<br>[ 脂 質 ] 0 g<br>[ 炭水化物 ] 0 g<br>[ 塩 分 ] 0 g | [ エネルギー ] 0 kcal<br>[ タンパク質 ] 0 g<br>[ 脂 質 ] 0 g<br>[ 炭水化物 ] 0 g<br>[ 塩 分 ] 0 g | [ エネルギー ] 0 kcal<br>[ タンパク質 ] 0 g<br>[ 脂 質 ] 0 g<br>[ 炭水化物 ] 0 g<br>[ 塩 分 ] 0 g | [ エネルギー ] 0 kcal<br>[ タンパク質 ] 0 g<br>[ 脂 質 ] 0 g<br>[ 炭水化物 ] 0 g<br>[ 塩 分 ] 0 g | [ エネルギー ] 0 kcal<br>[ タンパク質 ] 0 g<br>[ 脂 質 ] 0 g<br>[ 炭水化物 ] 0 g<br>[ 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。