

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2024年09月01日(日) ～ 2024年09月07日(土)

	9月1日(日)	9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)	9月6日(金)	9月7日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○竹輪と大根の煮物 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○魚肉ソーセージケチャップソテー ○キャベツとツナの和え物 ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○ハムとじゃが芋の炒め物 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○キャベツとベーコンのソテー ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○小松菜の味噌マヨ和え ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ひきないり ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○おろしハンバーグ ○チーズ南瓜サラダ ○キウイフルーツ ○バームクーヘン	○米飯 ○豆腐のピリ辛炒め ○オクラとツナの和え物 ○ヨーグルトソースがけ ○せんべい	○米飯 ○アジみりん焼き ○海鮮ブロックリー炒め ○パイン缶 ○あんドーナツ	○米飯 ○ひじきコロッケ ○彩りサラダ ○みかん缶 ○アイス風デザート ★おすめコロッケ★	○米飯 ○ツナのごましょうゆ焼き ○ジャーマンポテト ○白桃缶 ○シュークリーム	○海鮮あんかけ丼 ○みそ汁 ○もやしのナムル ○ぶどうムース ○★複式献立の日★ ○あんかけ焼きそば ○レモンケーキ	○米飯 ○鶏肉のガリバタ炒め ○大根とサマ揚げの煮物 ○マンゴープリン ○黒糖まんじゅう
夕 食	○チャーハン ○中華スープ ○シュウマイ ○カリフラワーのマリネ	○米飯 ○みそ汁 ○サバの塩焼き ○大根和風サラダ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のケチャップ炒め ○ほうれん草のお浸し ○しその実漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のさっぱり煮 ○白菜とさつま揚げ炒め ○豆昆布	○米飯 ○みそ汁 ○ほうの野菜甘酢あんかけ ○マカロニサラダ ○つぼ漬け	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの七味焼き ○じゃが芋のそぼろ煮 ○野菜菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚のおろし煮 ○大根のピリ辛炒め ○野菜ジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1680 kcal [タンパク質] 58.5 g [脂 質] 56.3 g [炭水化物] 240.7 g [塩 分] 8.8 g	[エネルギー] 1639 kcal [タンパク質] 66.0 g [脂 質] 45.9 g [炭水化物] 249.3 g [塩 分] 8.4 g	[エネルギー] 1653 kcal [タンパク質] 62.6 g [脂 質] 54.3 g [炭水化物] 236.9 g [塩 分] 9.1 g	[エネルギー] 1440 kcal [タンパク質] 50.8 g [脂 質] 34.8 g [炭水化物] 238.6 g [塩 分] 6.3 g	[エネルギー] 1629 kcal [タンパク質] 68.4 g [脂 質] 53.4 g [炭水化物] 229.3 g [塩 分] 8.7 g	[エネルギー] 1881 kcal [タンパク質] 69.9 g [脂 質] 49.1 g [炭水化物] 303.8 g [塩 分] 12.1 g	[エネルギー] 1494 kcal [タンパク質] 69.3 g [脂 質] 32.5 g [炭水化物] 241.6 g [塩 分] 7.5 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： 2024年09月08日(日) ～ 2024年09月14日(土)

	9月8日(日)	9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○高野と枝豆の卵とし ○チンゲン菜のお浸し ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ツナじゃが ○小松菜の味噌マヨ和え ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○にらと卵の炒め ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○白菜の炒め煮 ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○もやしカレーソテー ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○キャベツさっと煮 ○うずら豆の甘煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○チンゲン菜のお浸し ○ふりかけ ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○冷奴 ○黄桃缶 ○やわらかクッキー	○米飯 ○かれいの煮魚 ○キャベツの胡麻サラダ ○フルーツカクテル ○ココアワッフル	○ソースカツ丼 ○スープ ○大根ほたてサラダ ○りんごムース ○★複式献立の日★ ○ナポリタン ○やわらかおかき	○赤飯 ○清汁 ○炒り鶏 ○茶碗蒸し ○洋なし缶 ○抹茶パバロア ★敬老の日メニュー★	○米飯 ○サバの塩焼き ○れんこん炒り煮 ○パイ缶 ○芋ようかん	○梅じゃこごはん ○天ぷら ○胡瓜とかぶの酢の物 ○白桃缶 ○マドレーヌ	○米飯 ○麻婆豆腐 ○ﾌﾟﾛｯｸﾘｰかにｶﾏｻﾗﾀﾞ ○マンゴープリン ○ワッフル
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の塩焼き ○車麩の煮物 ○はりはり漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏とアスパラ炒め ○ほうれん草のゴマ和え ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○ホキ味噌漬け焼き ○グリーンサラダ ○高菜漬け	○かにピラフ ○中華スープ ○シュウマイ ○ヨーグルトソースがけ	○米飯 ○みそ汁 ○おろしハンバーグ ○ポテトサラダ ○胡瓜の醤油漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏の味噌漬け焼き ○野菜としらすの炒め物 ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけみりん漬け焼き ○里芋含め煮 ○ぶどうジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1517 kcal [タンパク質] 64.0 g [脂 質] 46.8 g [炭水化物] 211.9 g [塩 分] 7.0 g	[エネルギー] 1610 kcal [タンパク質] 66.5 g [脂 質] 33.7 g [炭水化物] 239.1 g [塩 分] 9.6 g	[エネルギー] 1888 kcal [タンパク質] 78.5 g [脂 質] 49.1 g [炭水化物] 288.9 g [塩 分] 10.7 g	[エネルギー] 1559 kcal [タンパク質] 68.4 g [脂 質] 43.9 g [炭水化物] 227.8 g [塩 分] 10.9 g	[エネルギー] 1601 kcal [タンパク質] 57.8 g [脂 質] 48.0 g [炭水化物] 243.6 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1706 kcal [タンパク質] 66.7 g [脂 質] 45.7 g [炭水化物] 265.0 g [塩 分] 10.2 g	[エネルギー] 1404 kcal [タンパク質] 51.8 g [脂 質] 29.4 g [炭水化物] 242.6 g [塩 分] 6.8 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09月15日(日) ～ 2024年09月21日(土)

	9月15日(日)	9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○厚焼き卵 ○ソーセージと野菜のソテー ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ひきないり ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソーテー ○高野と枝豆の卵とじ ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○ほうれん草のお浸し ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○野菜炒め ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○小松菜の胡麻和え ○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 ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚と野菜の胡麻味噌煮 ○長芋の梅和え ○オレンジ ○コーヒゼリー	○米飯 ○鶏肉の唐揚げ ○刻昆布の炒め煮 ○黄桃缶 ○バームクーヘン	○かしわ飯 ○鮭のマリネ ○かかマとキャベツの炒め ○お月見ゼリー ○せんべい	○カレーライス ○*福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○いちごムース ○あんドーナツ	○米飯 ○豚肉の柳川風 ○餃子 ○カクテルゼリー ○アイス風デザート	○米飯 ○サバのカレー焼き ○茄子の揚げ浸し ○パイン缶 ○シュークリーム	○米飯 ○豚肉のオイスター炒め ○三色浅漬け ○白桃缶 ○レモンケーキ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚のおろし煮 ○冷奴 ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○かれいの煮魚 ○春雨マヨサラダ ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○エビ団子チリ風卵炒め ○かぼちゃの甘煮 ○野菜菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの塩焼き ○卵豆腐 ○乳酸菌飲料	○チャーハン ○わかめスープ ○ごぼうサラダ ○洋なし缶	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉の香味ソース ○ハムとじゃが芋の炒め物 ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○洋風玉子焼き ○レタスのサラダ ○桜漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1539 kcal [タンパク質] 61.4 g [脂 質] 48.3 g [炭水化物] 220.6 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1574 kcal [タンパク質] 60.6 g [脂 質] 37.7 g [炭水化物] 257.5 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1753 kcal [タンパク質] 65.1 g [脂 質] 59.4 g [炭水化物] 244.7 g [塩 分] 10.5 g	[エネルギー] 1512 kcal [タンパク質] 56.6 g [脂 質] 48.8 g [炭水化物] 217.2 g [塩 分] 9.5 g	[エネルギー] 1611 kcal [タンパク質] 51.6 g [脂 質] 47.1 g [炭水化物] 242.1 g [塩 分] 8.4 g	[エネルギー] 1557 kcal [タンパク質] 61.5 g [脂 質] 47.0 g [炭水化物] 231.2 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1571 kcal [タンパク質] 54.1 g [脂 質] 50.5 g [炭水化物] 229.8 g [塩 分] 8.7 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： 2024年09月22日（日） ～ 2024年09月28日（土）

	9月22日（日）	9月23日（月）	9月24日（火）	9月25日（水）	9月26日（木）	9月27日（金）	9月28日（土）
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚（サケ） ○白菜の中華煮 ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○揚げ出し豆腐の甘辛煮 ○小松菜のお浸し ○ふりかけ ○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 ○温泉卵 ○根菜の煮物 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○白菜とツナの炒り煮 ○つば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○ごぼう炒め ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○魚肉ソーセージ「ケチャップ」ソー ○ハムとじゃが芋の炒め物 ○たくあん漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鶏肉カレー風味焼き ○キャベツザーサイあえ ○黄桃缶 ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○肉じゃが ○きゅうりの酢の物 ○ヨーグルトソースがけ ○やわらかクッキー	○米飯 ○かに玉 ○さつまいもサラダ ○みかん缶 ○ココアワッフル	○米飯 ○グリルドチキントマトソース ○じゃが芋ベーコン蒸し ○ぶどうムース ○やわらかおかき	○米飯 ○アジの韓国風味噌焼き ○筑前煮 ○パイン缶 ○抹茶ババロア	○米飯 ○和風バター和風ハンバーグ ○青菜のゴマ和え ○白桃缶 ○芋ようかん	○カレーライス ○＊福神漬 ○コールスローサラダ ○杏仁豆腐 ○マドレーヌ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○あじの南蛮漬け ○スパゲッティサラダ ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○サバの味噌煮 ○いんげんの和え物 ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のキムチ炒め ○キャベツの塩炒め ○乳酸菌飲料	○米飯 ○中華スープ ○卵のごましょうゆ焼き ○和え物（オクラ・長芋 ○しそ昆布	○ハヤシライス ○スープ ○キャベツゆずドレ和え ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○豚と野菜の胡麻味噌煮 ○キャベツ塩だれ和え ○桜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○かわいいのムニエル ○玉葱のポン酢和え ○胡瓜の醤油漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1504 kcal [タンパク質] 67.1 g [脂 質] 35.5 g [炭水化物] 236.7 g [塩 分] 10.8 g	[エネルギー] 1524 kcal [タンパク質] 58.1 g [脂 質] 42.5 g [炭水化物] 236.5 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1712 kcal [タンパク質] 58.5 g [脂 質] 56.8 g [炭水化物] 245.6 g [塩 分] 9.1 g	[エネルギー] 1399 kcal [タンパク質] 60.0 g [脂 質] 34.3 g [炭水化物] 219.9 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1547 kcal [タンパク質] 61.3 g [脂 質] 41.5 g [炭水化物] 239.4 g [塩 分] 6.4 g	[エネルギー] 1624 kcal [タンパク質] 53.4 g [脂 質] 43.9 g [炭水化物] 258.5 g [塩 分] 9.7 g	[エネルギー] 1526 kcal [タンパク質] 51.6 g [脂 質] 47.3 g [炭水化物] 231.6 g [塩 分] 9.9 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					
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 ○コーヒゼリー					
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					
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] 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	[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。**