

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2024年12月29日(日) ～ 2025年01月04日(土)

	12月29日(日)	12月30日(月)	12月31日(火)	1月1日(水)	1月2日(木)	1月3日(金)	1月4日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○ハムとじゃが芋の炒め物 ○ふりかけ ○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 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○こづゆ ○旬菜焼き ○キャベツのツナサラダ ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○伊達巻 ○野菜の炒り煮 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○ジャーマンポテト ○たいみそ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三日とろろ ○野菜炒め ○しその実漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○ほうれん草のお浸し ○桜漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉となすの炒め煮 ○野菜サラダ ○杏仁豆腐 ○ワッフル	○米飯 ○赤魚の煮付け ○酢の物 ○パイン缶 ○どらやき	○年越しそば ○筑前煮 ○白菜漬け ○みかん ○クレープ	○かにちらし ○清汁 ○車麩と里芋の含め煮 ○なます ○バームクーヘン	○米飯 ○すき焼き風煮 ○温泉卵 ○りんご ○せんべい	○米飯 ○サバの塩焼き ○ほうれん草わさび和え ○黄桃缶 ○あんドーナツ	○米飯 ○かに玉風 ○野菜サラダ ○ヨーグルトいちごソース ○やわらかクッキー
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの七味焼き ○キャベツ塩だれ和え ○豆昆布	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉の香味ソース ○じゃが芋ベーコン蒸し ○野菜ジュース	○米飯 ○豚汁 ○鮭の塩焼き ○卵豆腐 ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○おろしハンバーグ ○ポテトサラダ ○桜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の煮付け ○味噌田楽 ○つぼ漬け	○米飯 ○オニオンスープ ○シチュー ○レタスとコーンサラダ ○ぶどうジュース	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子と野菜の黒酢ア ○温奴 ○しば漬
栄養 量目 安	[エネルギー] 1567 kcal [タンパク質] 58.4 g [脂 質] 52.4 g [炭水化物] 223.5 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1518 kcal [タンパク質] 67.5 g [脂 質] 30.0 g [炭水化物] 253.0 g [塩 分] 10.2 g	[エネルギー] 1522 kcal [タンパク質] 72.6 g [脂 質] 37.4 g [炭水化物] 224.9 g [塩 分] 11.2 g	[エネルギー] 1430 kcal [タンパク質] 48.2 g [脂 質] 34.7 g [炭水化物] 237.6 g [塩 分] 11.3 g	[エネルギー] 1655 kcal [タンパク質] 60.6 g [脂 質] 49.2 g [炭水化物] 243.9 g [塩 分] 9.4 g	[エネルギー] 1504 kcal [タンパク質] 54.2 g [脂 質] 36.4 g [炭水化物] 252.8 g [塩 分] 7.2 g	[エネルギー] 1330 kcal [タンパク質] 53.0 g [脂 質] 24.5 g [炭水化物] 229.5 g [塩 分] 10.4 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： 2025年01月05日 (日) ～ 2025年01月11日 (土)

	1月5日 (日)	1月6日 (月)	1月7日 (火)	1月8日 (水)	1月9日 (木)	1月10日 (金)	1月11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 ○スクランブルエッグ ○煮びたし ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○キャベツとベーコンのソーテー ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○青菜と油揚げの炒り煮 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○オクラのおかか和え ○ふりかけ ○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 ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○厚焼き卵 ○キャベツさっと煮 ○しば漬 ○牛乳
昼食	○米飯 ○たらの香草パン粉焼き ○じゃが芋と油麩の煮物 ○白桃缶 ○シュークリーム	○米飯 ○グリルドチキントマトソース ○豆腐とカニの卵とじ ○パイン缶 ○やわらかおかき	○豚丼 ○みそ汁 ○白菜のみみ漬け ○ピーチムース ○★複式献立の日★ ○焼きうどん ○黒糖まんじゅう	○ちらし寿司 ○清汁 ○筑前煮 ○キウイフルーツ ○★新年会★	○米飯 ○カレイの梅みそ焼き ○キャベツの塩炒め ○フルーツカクテル ○ココアワッフル	○海鮮あんかけ丼 ○清汁 ○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 ○やわらかおかき	○カレーライス ○* 福神漬 ○ﾌﾟﾛｯｺｰかにかまｸﾞﾀﾞ ○みかん缶 ○ドームケーキ
夕食	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉入り野菜炒め ○きゅうりの酢の物 ○金時豆	○米飯 ○鮭の塩焼き ○和風サラダ ○乳酸菌飲料	○米飯 ○ほっけみりん漬け焼き ○野菜サラダ ○しその実漬け	○チャーハン ○シュウマイ ○コールスローサラダ	○米飯 ○豚肉の塩麹炒め ○ほうれん草の辛子和え ○つぼ漬け	○米飯 ○鶏肉カレー風味焼き ○ハムとじゃが芋の炒め物 ○野菜ジュース	○米飯 ○赤魚のおろし煮 ○うの花 ○金時豆
栄養量目安	[エネルギー] 1666 kcal [タンパク質] 61.1 g [脂 質] 54.5 g [炭水化物] 242.1 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1455 kcal [タンパク質] 64.3 g [脂 質] 33.8 g [炭水化物] 227.4 g [塩 分] 9.0 g	[エネルギー] 1777 kcal [タンパク質] 62.6 g [脂 質] 50.8 g [炭水化物] 276.9 g [塩 分] 10.5 g	[エネルギー] 1494 kcal [タンパク質] 62.2 g [脂 質] 41.8 g [炭水化物] 223.0 g [塩 分] 8.8 g	[エネルギー] 1566 kcal [タンパク質] 59.7 g [脂 質] 46.7 g [炭水化物] 211.5 g [塩 分] 9.5 g	[エネルギー] 1788 kcal [タンパク質] 69.1 g [脂 質] 42.2 g [炭水化物] 296.0 g [塩 分] 11.3 g	[エネルギー] 1706 kcal [タンパク質] 66.6 g [脂 質] 56.1 g [炭水化物] 242.8 g [塩 分] 9.3 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： 2025年01月12日（日） ～ 2025年01月18日（土）

	1月12日（日）	1月13日（月）	1月14日（火）	1月15日（水）	1月16日（木）	1月17日（金）	1月18日（土）
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○ソーセージと野菜の炒め物 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○白菜とさつま揚げ炒り煮 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○豆腐とひじきの炒り煮 ○たいみそ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○ひきないうり ○しその実漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○じゃが芋のそぼろ煮 ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○魚肉ソーセージ「キャップ」ソー ○小松菜のお浸し ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○ごぼう炒め ○たいみそ ○牛乳
昼 食	○米飯 ○焼き肉 ○胡瓜とかぶの酢の物 ○洋なし缶 ○芋ようかん	○米飯 ○かれいの煮魚 ○チーズポテトサラダ ○黄桃缶 ○マドレーヌ	○米飯 ○鶏の唐揚げ ○マリネサラダ ○カクテルゼリー ○ワッフル	○米飯 ○豚肉の柳川風 ○酢の物 ○杏仁豆腐 ○どらやき	○米飯 ○鶏のみそバター焼き ○かぼちゃサラダ ○いちごムース ○バームクーヘン	○米飯 ○鮭の塩焼き ○長芋きざみとろろ ○パイン缶 ○せんべい	○米飯 ○麻婆豆腐 ○もやしと胡瓜和え物 ○白桃缶 ○あんドーナツ
夕 食	○えびピラフ ○シュウマイ ○彩りサラダ	○米飯 ○グリルドチキンマトソース ○春雨の中華サラダ ○桜漬け	○米飯 ○かに玉風 ○三色浅漬け ○豆昆布	○米飯 ○白身魚マスタード焼き ○車麩の煮物 ○乳酸菌飲料	○米飯 ○おでん ○五目煮 ○ぶどうジュース	○米飯 ○豚肉のオイスター煮 ○洋風炒り豆腐 ○高菜漬け	○米飯 ○サバのねぎ味噌焼き ○根菜の含め煮 ○つぼ漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1731 kcal [タンパク質] 61.9 g [脂 質] 58.6 g [炭水化物] 241.4 g [塩 分] 8.5 g	[エネルギー] 1461 kcal [タンパク質] 61.2 g [脂 質] 35.9 g [炭水化物] 228.5 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1540 kcal [タンパク質] 53.2 g [脂 質] 38.4 g [炭水化物] 249.0 g [塩 分] 9.6 g	[エネルギー] 1619 kcal [タンパク質] 59.2 g [脂 質] 45.7 g [炭水化物] 250.3 g [塩 分] 8.9 g	[エネルギー] 1563 kcal [タンパク質] 61.5 g [脂 質] 38.0 g [炭水化物] 255.4 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1533 kcal [タンパク質] 54.6 g [脂 質] 44.0 g [炭水化物] 233.5 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1553 kcal [タンパク質] 60.4 g [脂 質] 45.2 g [炭水化物] 236.4 g [塩 分] 9.0 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。

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2025年01月19日(日) ～ 2025年01月25日(土)

	1月19日(日)	1月20日(月)	1月21日(火)	1月22日(水)	1月23日(木)	1月24日(金)	1月25日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○大根のツナ煮 ○しその実漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○切干大根の煮物 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○ほうれん草のお浸し ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ジャーマンポテト ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソテー ○若布とアスパラのツナサラダ ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○大根そぼろ煮 ○たくあん漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○あじの唐揚げ野菜あん ○白菜のみみ漬け ○フルーツカクテル ○やわらかクッキー	○カレーライス ○*福神漬 ○野菜サラダ ○みかん缶 ○シュークリーム	○米飯 ○石狩鍋風 ○小松菜の和え物 ○マンゴープリン ○やわらかおかき	○米飯 ○メンチカツ ○マカロニサラダ ○ぶどうムース ○★おすすめコロッケ★ ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○ほっけのみりん漬焼き ○筑前煮 ○黄桃缶 ○やわらかクッキー	○米飯 ○鯖の塩焼き ○きゅうりの浅漬け ○みかん缶 ○ココアワッフル	○米飯 ○焼き肉 ○サラダ ○りんご ○やわらかおかき
夕 食	○米飯 ○豚と野菜の胡麻味噌煮 ○マカロニチャップソテー ○たくあん漬け	○米飯 ○赤魚の煮付け ○炒り豆腐 ○野菜ジュース	○チャーハン ○シュウマイ ○キャベツの胡麻サラダ	○米飯 ○豆腐のピリ辛炒め ○かぼちゃの甘煮 ○桜漬け	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○胡瓜のしその実漬け ○金時豆	○米飯 ○鶏肉の甘酢だれがけ ○温奴 ○つぼ漬け	○米飯 ○かれのいのみニエル ○じゃが芋ベーコン蒸し ○乳酸菌飲料
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1521 kcal [タンパク質] 50.1 g [脂 質] 45.8 g [炭水化物] 215.9 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1520 kcal [タンパク質] 59.3 g [脂 質] 47.4 g [炭水化物] 220.5 g [塩 分] 10.6 g	[エネルギー] 1566 kcal [タンパク質] 58.2 g [脂 質] 43.8 g [炭水化物] 230.1 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1497 kcal [タンパク質] 43.9 g [脂 質] 38.9 g [炭水化物] 251.7 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1637 kcal [タンパク質] 67.6 g [脂 質] 50.7 g [炭水化物] 233.4 g [塩 分] 6.9 g	[エネルギー] 1461 kcal [タンパク質] 60.7 g [脂 質] 47.4 g [炭水化物] 204.1 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1521 kcal [タンパク質] 55.7 g [脂 質] 50.2 g [炭水化物] 218.1 g [塩 分] 7.8 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： 2025年01月26日(日) ～ 2025年02月01日(土)

	1月26日(日)	1月27日(月)	1月28日(火)	1月29日(水)	1月30日(木)	1月31日(金)	2月1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 ○揚げ出し豆腐の甘辛煮 ○竹輪と大根の煮物 ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○白菜のクリーム煮 ○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 ○かつば漬け ○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 ○ドームケーキ	○米飯 ○赤魚のおろし煮 ○かぼちゃサラダ ○白桃缶 ○芋ようかん	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○小松菜ツナ和え ○ヨーグルトソースがけ ○マドレーヌ	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○ごまドレ和え ○黄桃缶 ○ワッフル	○米飯 ○エビ団子チリ風卵炒め ○根菜の煮物 ○洋なし缶 ○どらやき	○米飯 ○鶏肉のガリバタ炒め ○胡瓜とかぶの酢の物 ○みかん缶 ○クレープ	
夕 食	○米飯 ○あじの南蛮漬け ○ほうれん草めかぶ和え ○金時豆	○米飯 ○チンジャオロース ○わかめの中華和え ○しば漬	○米飯 ○さばのピリ辛漬け焼き ○もやしのナムル ○しその実漬け	○かにピラフ ○シュウマイ ○マカロニサラダ	○カレーライス ○*福神漬 ○コールスローサラダ ○乳酸菌飲料	○米飯 ○竹のごましょうゆ焼き ○キャベツの味噌炒め ○つぼ漬け	
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1620 kcal [タンパク質] 65.2 g [脂 質] 41.9 g [炭水化物] 250.1 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1543 kcal [タンパク質] 55.0 g [脂 質] 42.7 g [炭水化物] 239.7 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1554 kcal [タンパク質] 58.1 g [脂 質] 45.3 g [炭水化物] 238.1 g [塩 分] 9.6 g	[エネルギー] 1714 kcal [タンパク質] 54.8 g [脂 質] 63.1 g [炭水化物] 235.5 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1673 kcal [タンパク質] 53.2 g [脂 質] 51.8 g [炭水化物] 254.9 g [塩 分] 9.8 g	[エネルギー] 1288 kcal [タンパク質] 59.1 g [脂 質] 27.7 g [炭水化物] 208.6 g [塩 分] 6.1 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

* 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。