

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2019年01月28日(月) ～ 2019年02月03日(日)

	1月28日(月)	1月29日(火)	1月30日(水)	1月31日(木)	2月1日(金)	2月2日(土)	2月3日(日)
朝 食	○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 ○大豆とツナの野菜ソテー ○かつば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○厚焼き卵 ○竹輪と大根の煮物 ○たらこ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○白菜とツナの炒り煮 ○胡瓜の醤油漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○チキンクリーム煮 ○若布とアスパラのツナサラダ ○みそ漬 ○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 ○桜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○つば漬 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鮭の塩焼き ○野菜コンソメ煮 ○りんごフルーチェ ○プリン	○チキンライス ○コンソメスープ ○グラタン ○白桃・黄桃 ○ストロベリーパパロア	○まぐろ丼 ○こづゆ ○お浸し(ゆきな ○二色杏仁ゼリー ○★月末御膳★ ○ワインゼリー	○米飯 ○ほっけの旨辛焼き ○シーザーサラダ ○カクテルゼリー ○チーズパパロアシュール	○米飯 ○あんこうの天ぷら ○小松菜の菊花和え ○みかん ○プリン	○ちらし寿司 ○茶碗蒸し ○苺チーズケーキ ○ワッフル	○米飯 ○鶏肉和風和シロリス ○チーズ南瓜サラダ ○パイナップル ○鬼ねりきり
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子の中華風煮 ○マカロニサラダ ○みそ漬	○米飯 ○みそ汁 ○ぶりの照り焼き ○わかめかぶ和え ○ヤクルト	○チャーハン ○ワカメきのこスープ ○豆腐しゅうまい ○ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○かに玉 ○もやしと杓苳草のナムル ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○焼き肉 ○厚揚げと野菜の五目煮 ○梅干	○米飯 ○みそ汁 ○たらの梅みそ焼き ○じゃが芋のそぼろ煮 ○しそ昆布	○カレーライス ○福神漬 ○レタスのサラダ ○ジョア
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1574 kcal [タンパク質] 58.9 g [脂 質] 40.9 g [炭水化物] 230.8 g [塩 分] 8.4 g	[エネルギー] 1692 kcal [タンパク質] 51.7 g [脂 質] 52.8 g [炭水化物] 247.7 g [塩 分] 9.0 g	[エネルギー] 1555 kcal [タンパク質] 76.4 g [脂 質] 30.1 g [炭水化物] 238.0 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1621 kcal [タンパク質] 68.7 g [脂 質] 40.3 g [炭水化物] 231.5 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1630 kcal [タンパク質] 59.3 g [脂 質] 49.3 g [炭水化物] 226.6 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1550 kcal [タンパク質] 65.6 g [脂 質] 33.3 g [炭水化物] 235.1 g [塩 分] 9.5 g	[エネルギー] 1758 kcal [タンパク質] 70.0 g [脂 質] 48.8 g [炭水化物] 252.9 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： 2019年02月04日(月) ～ 2019年02月10日(日)

	2月4日(月)	2月5日(火)	2月6日(水)	2月7日(木)	2月8日(金)	2月9日(土)	2月10日(日)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○竹輪と大根の煮物 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○ソーセージと野菜のソテー ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ひきなまり ○しば漬 ○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	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○にらと卵の炒め ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○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 ○大根そぼろ煮 ○野沢菜漬 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○白身魚のチーズピカタ ○じゃが芋のくず煮 ○りんごのコンポート	○米飯 ○鶏肉のさっぱり煮 ○さつま芋のカリカリ揚げ ○オレンジ	○ゆかりごはん ○たらの塩コショウソース ○チンゲン菜の生姜和え ○キウイフルーツ	○米飯 ○鶏肉の西京焼き ○春雨の中華サラダ ○パイナップル	○米飯 ○肉豆腐 ○マカロニサラダ ○黄桃缶	○米飯 ○赤魚の煮付け ○ビーフンソテー ○ヨーグルトキウイソース	○米飯 ○八宝菜 ○豆腐の田楽 ○オレンジ
食	○カステラ	○バームクーヘン	○タルト	○ドームケーキ	○ミニエクレア	○せんべい	○黒糖まんじゅう
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○カラフル回鍋肉 ○杓苳草とたけのこナムル ○ザーサイ	○米飯 ○みそ汁 ○鯖の塩焼き ○白菜と帆立の煮物 ○かつば漬け	○米飯 ○みそ汁 ○牛肉の卵とじ煮 ○なめこのおろし和え ○豆昆布	○ハヤシライス ○福神漬 ○キャベツの胡麻サラダ ○ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の塩麹焼き ○うの花 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のタルタルがけ ○じゃが芋と油麩の煮物 ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの塩焼き ○かぼちゃサラダ ○たくあん漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1634 kcal [タンパク質] 60.3 g [脂 質] 40.7 g [炭水化物] 248.4 g [塩 分] 8.6 g	[エネルギー] 1597 kcal [タンパク質] 70.4 g [脂 質] 39.9 g [炭水化物] 228.3 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1607 kcal [タンパク質] 62.2 g [脂 質] 42.2 g [炭水化物] 236.7 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1671 kcal [タンパク質] 61.7 g [脂 質] 41.8 g [炭水化物] 242.3 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1729 kcal [タンパク質] 61.6 g [脂 質] 52.5 g [炭水化物] 235.1 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1680 kcal [タンパク質] 68.4 g [脂 質] 43.2 g [炭水化物] 245.7 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1634 kcal [タンパク質] 61.3 g [脂 質] 47.4 g [炭水化物] 234.3 g [塩 分] 7.6 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： 2019年02月11日(月) ～ 2019年02月17日(日)

	2月11日(月)	2月12日(火)	2月13日(水)	2月14日(木)	2月15日(金)	2月16日(土)	2月17日(日)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○白菜の炒め煮 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ツナじゃが ○小松菜のお浸し ○しそ昆布 ○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 ○揚げ出し豆腐の甘辛煮 ○大豆とツナの野菜ソテー ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鮭フレーク ○ハムと料理草のバターソテー ○金時豆 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○チンゲン菜のお浸し ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(鮭) ○白菜の中華煮 ○しその実漬け ○牛乳
昼 食	○シチューオンライス ○かぶとハムのサラダ ○マンゴープリン ○ぶどうゼリー	○米飯 ○豚肉ときのこの炒め ○里芋の菊花あんかけ ○パイン缶・キウイ ○たいやき	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○きゅうりの浅漬け ○りんごのコンポート ○ドームケーキ	○オムライス ○チャウダー風スープ ○オクラとツナの和え物 ○ハートの杏仁豆腐 ○チョコケーキ	○米飯 ○牛肉コロッケ ○もやしのナムル ○ヨーグルトいちごソース ○どらやき	○米飯 ○鰯の味噌マヨ焼き ○白菜と桜えび薄くず煮 ○キウイフルーツ ○チーズババロアシュー	○米飯 ○豚肉の塩麹炒め ○刻昆布の炒め煮 ○洋なし缶 ○お茶まんじゅう
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の味噌マヨ焼き ○車麩と帆立の煮付 ○きんぴらごぼう	○米飯 ○みそ汁 ○ぶりの照り焼き ○たまごサラダ ○柚子なます	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○炒り豆腐 ○梅干	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の山椒風味焼き ○野菜のかにあんかけ ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○さばの生姜煮 ○和え物(オクラ・長芋 ○大根甘酢漬け	○米飯 ○みそ汁 ○グリルドチキントマトス ○ポテトサラダ ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○炒り鶏 ○さつま芋の甘煮
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1881 kcal [タンパク質] 74.5 g [脂 質] 52.7 g [炭水化物] 258.3 g [塩 分] 9.7 g	[エネルギー] 1694 kcal [タンパク質] 57.4 g [脂 質] 53.6 g [炭水化物] 222.2 g [塩 分] 8.9 g	[エネルギー] 1541 kcal [タンパク質] 59.5 g [脂 質] 36.8 g [炭水化物] 262.4 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1742 kcal [タンパク質] 53.6 g [脂 質] 53.1 g [炭水化物] 242.9 g [塩 分] 9.1 g	[エネルギー] 1733 kcal [タンパク質] 70.5 g [脂 質] 42.3 g [炭水化物] 256.8 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1513 kcal [タンパク質] 56.0 g [脂 質] 38.7 g [炭水化物] 220.9 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1587 kcal [タンパク質] 64.7 g [脂 質] 40.1 g [炭水化物] 228.4 g [塩 分] 8.9 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： 2019年02月18日(月) ～ 2019年02月24日(日)

	2月18日(月)	2月19日(火)	2月20日(水)	2月21日(木)	2月22日(金)	2月23日(土)	2月24日(日)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○小松菜のお浸し ○高菜漬け ○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 ○里芋煮物 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(鮭) ○竹輪と大根の煮物 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○一口がんもの煮物 ○小松菜のお浸し ○しそ昆布 ○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	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○野菜ソテー ○しば漬 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鶏竜田ねぎソースかけ ○大根と車麩のうま煮 ○オレンジ ○タルト	○天津丼 ○みそ汁 ○肉じゃが ○りんごのコンポート ○カステラ	○米飯 ○鯖の味噌煮 ○スパゲッティサラダ ○白菜のみみ漬け ○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 ○ミニエクレア	○ねぎとろ丼 ○清汁 ○きゅうりの浅漬け ○ピーチフルーチェ ○クリームパン	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○たまごサラダ ○パイナップル ○バームクーヘン	○米飯 ○赤魚のマヨネーズ焼き ○湯豆腐 ○キウイフルーツ ○どらやき
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○かれの煮魚 ○もやしとにらのソテー ○ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のパン粉焼き ○胡瓜のしその実漬け ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のプルコギ ○かぼちゃの甘煮 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の西京焼き ○豆腐のきのこあんかけ ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○たらこのムニエル風味 ○筑前煮 ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の塩焼き ○キャベツの塩炒め ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のさっぱり煮 ○大根のツナ中華炒め ○辛子和え
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1615 kcal [タンパク質] 53.1 g [脂 質] 45.7 g [炭水化物] 239.2 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1660 kcal [タンパク質] 68.7 g [脂 質] 41.3 g [炭水化物] 244.8 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1784 kcal [タンパク質] 59.2 g [脂 質] 58.2 g [炭水化物] 243.2 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1628 kcal [タンパク質] 60.1 g [脂 質] 46.2 g [炭水化物] 228.8 g [塩 分] 10.7 g	[エネルギー] 1603 kcal [タンパク質] 75.5 g [脂 質] 30.0 g [炭水化物] 249.1 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1727 kcal [タンパク質] 61.8 g [脂 質] 59.6 g [炭水化物] 224.8 g [塩 分] 7.2 g	[エネルギー] 1578 kcal [タンパク質] 71.1 g [脂 質] 37.4 g [炭水化物] 228.7 g [塩 分] 8.8 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： 2019年02月25日(月) ～ 2019年03月03日(日)

	2月25日(月)	2月26日(火)	2月27日(水)	2月28日(木)	3月1日(金)	3月2日(土)	3月3日(日)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○豆腐揚げ ○ほうれん草のお浸し ○梅干 ○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 ○赤魚みりん焼き ○豆腐とひじきの炒り煮 ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○ハムとじゃが芋の炒め ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鮭フレーク ○キャベツさっと煮 ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○ポテトサラダ ○たらこ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○竹輪と大根の煮物 ○しば漬 ○牛乳
昼 食	○親子丼 ○白菜のみみ漬け ○バナナヨーグルト ○ドームケーキ	○ばらちらし寿司 ○清汁 ○柚子なます ○ストロベリーパパロア ○★月末御膳★ ○たいやき	○米飯 ○豚肉のオイスター煮 ○ほうれん草のゴマ和え ○りんご ○チョコパン	○米飯 ○鯖の塩麹漬け ○豚肉と舞茸のきんぴら ○みかん ○抹茶かん	○米飯 ○チキンのクリーム煮 ○きのこソテー ○フルーツカクテル ○チョコパン	○米飯 ○たら蒸し ○Sごぼうサラダ ○パイナップル ○せんべい	○春色ちらし寿司 ○清汁 ○三色浅漬け ○いちご ○★ひな祭りメニュー★ ○女雛まんじゅう
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○かいのみそバター焼き ○胡瓜のしその実漬け ○ジョア	○チャーハン ○ワカメきのこスープ ○えびシュウマイ ○杏仁フルーツ	○米飯 ○みそ汁 ○スパニッシュオムレツ ○さつまいもサラダ ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○メンチカツ ○三色浅漬け ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの塩焼き ○里芋のごま味噌煮 ○野沢菜漬	○バターライス ○コンソメスープ ○ビーフシチュー ○ほうれん草のゴマ和え ○マンゴー	○米飯 ○みそ汁 ○ポークチャップ ○もやしのナムル ○ヤクルト
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1575 kcal [タンパク質] 66.3 g [脂 質] 34.1 g [炭水化物] 241.4 g [塩 分] 8.1 g	[エネルギー] 1559 kcal [タンパク質] 62.5 g [脂 質] 36.7 g [炭水化物] 223.0 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1751 kcal [タンパク質] 59.2 g [脂 質] 56.5 g [炭水化物] 250.4 g [塩 分] 9.3 g	[エネルギー] 1633 kcal [タンパク質] 53.1 g [脂 質] 45.8 g [炭水化物] 243.4 g [塩 分] 6.6 g	[エネルギー] 1663 kcal [タンパク質] 70.1 g [脂 質] 43.5 g [炭水化物] 230.5 g [塩 分] 9.0 g	[エネルギー] 1655 kcal [タンパク質] 60.5 g [脂 質] 41.4 g [炭水化物] 246.8 g [塩 分] 9.3 g	[エネルギー] 1575 kcal [タンパク質] 60.7 g [脂 質] 39.4 g [炭水化物] 237.2 g [塩 分] 7.0 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。