

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2019年07月01日(月) ～ 2019年07月07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)	7月7日(日)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○鰯西京焼き ○ほうれん草のお浸し ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○炒り豆腐 ○チンゲン菜の和風ドレ和え ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○オムレツ ○白菜とツナの炒り煮 ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○小松菜の胡麻和え ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五目厚焼き卵 ○ハムとじゃが芋の炒め ○高菜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○金平ごぼう ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○ほうれん草のお浸し ○しそ昆布 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○海老団子と卵のフリソス ○茄子とわかめの味噌かけ ○杏仁豆腐 ○水ようかん	○夏野菜カレーライス ○*福神漬 ○彩りサラダ ○フルーツヨーグルト ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○鶏肉の油淋鶏ソース ○ほうれん草サラダ ○黄桃缶 ○クリームパン	○米飯 ○鮭のタルタル焼き ○焼きなす田楽 ○キウイフルーツ ○せんべい	○米飯 ○豆腐のピリ辛炒め ○青菜のピーナツ和え ○マンゴープリン ○ココアワッフル	○かにちらし ○清汁 ○星のコロッケ ○七夕杏仁ゼリー ○ロールケーキ	○米飯 ○豚肉の卵とじ煮 ○三色浅漬け ○オレンジ ○芋ようかん
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉と野菜の味噌煮 ○酢の物 ○白桃缶	○米飯 ○みそ汁 ○鰯のマスタード焼き ○含め煮 ○桜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の煮付け ○ベーコンソテー ○ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉と春雨の甘辛炒め ○若布とわかめのサラダ ○しその実漬け	○米飯 ○みそ汁 ○かわいいムニエル ○ごま味噌炒め ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の塩麹炒め ○ところてん ○しば漬	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの七味焼き ○大根の煮物 ○金時豆
栄養量目安	[エネルギー] 1649 kcal [タンパク質] 55.8 g [脂質] 37.6 g [炭水化物] 264.5 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1688 kcal [タンパク質] 56.1 g [脂質] 47.6 g [炭水化物] 247.5 g [塩分] 9.8 g	[エネルギー] 1621 kcal [タンパク質] 60.4 g [脂質] 41.2 g [炭水化物] 238.7 g [塩分] 7.8 g	[エネルギー] 1728 kcal [タンパク質] 58.6 g [脂質] 55.1 g [炭水化物] 243.1 g [塩分] 7.8 g	[エネルギー] 1628 kcal [タンパク質] 56.2 g [脂質] 45.8 g [炭水化物] 240.5 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1698 kcal [タンパク質] 54.6 g [脂質] 43.8 g [炭水化物] 252.8 g [塩分] 9.6 g	[エネルギー] 1649 kcal [タンパク質] 64.6 g [脂質] 35.6 g [炭水化物] 257.1 g [塩分] 6.7 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： 2019年07月08日(月) ～ 2019年07月14日(日)

	7月8日(月)	7月9日(火)	7月10日(水)	7月11日(木)	7月12日(金)	7月13日(土)	7月14日(日)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○厚焼き卵 ○ひじき煮 ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○切干大根の煮物 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚西京焼き ○チンゲン菜のお浸し ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○刻昆布の炒め煮 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鯖の塩焼き ○いんげんの炒り煮 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○がんも煮 ○キャベツと卵のソテー ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソテー ○竹輪と大根の煮物 ○梅干 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○あじの韓国風味噌焼き ○もやしのナムル ○アセロラゼリー ○せんべい	○米飯 ○鮭の青海苔マヨ焼き ○牛蒡の南蛮炒め ○パイナップル ○抹茶かん	○米飯 ○麻婆なす ○レタスと貝割れのサラダ ○洋梨ヨーグルト和え ○コーヒーゼリー	○米飯 ○かれいのハーブ焼き ○ジャーマンポテト ○オレンジ ○カステラ	○親子丼 ○みそ汁 ○ほうれん草なめ茸和え ○ストロベリーババロア ○お茶まんじゅう	○米飯 ○フィンキーおろしソース ○チーズ 南瓜サラダ ○キウイフルーツ ○チーズババロアシュー	○米飯 ○鯖のねぎ味噌焼き ○じゃが芋と油麩の煮物 ○白桃ヨーグルト ○マドレーヌ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉の和風おろし煮 ○ニラとビーフン炒め ○ザーサイ	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のキムチ炒め ○じゃが芋ベーコン蒸し ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○鯖の塩焼き ○筑前煮 ○つぼ漬け	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子と野菜の黒酢ア ○冷奴 ○べったら漬け	○カレーライス ○福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○ヤクルト	○菜飯 ○みそ汁 ○和風卵焼き ○冬瓜の肉味噌がけ ○ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉入り野菜炒め ○きゅうりの酢の物 ○豆昆布
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1552 kcal [タンパク質] 68.5 g [脂 質] 37.4 g [炭水化物] 225.0 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1696 kcal [タンパク質] 60.2 g [脂 質] 53.6 g [炭水化物] 233.9 g [塩 分] 8.6 g	[エネルギー] 1601 kcal [タンパク質] 58.2 g [脂 質] 48.2 g [炭水化物] 223.1 g [塩 分] 6.6 g	[エネルギー] 1623 kcal [タンパク質] 62.1 g [脂 質] 39.9 g [炭水化物] 248.1 g [塩 分] 8.9 g	[エネルギー] 1709 kcal [タンパク質] 68.3 g [脂 質] 45.7 g [炭水化物] 251.5 g [塩 分] 10.8 g	[エネルギー] 1674 kcal [タンパク質] 60.3 g [脂 質] 47.5 g [炭水化物] 236.1 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1679 kcal [タンパク質] 58.4 g [脂 質] 49.0 g [炭水化物] 239.6 g [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： 2019年07月15日(月) ～ 2019年07月21日(日)

	7月15日(月)	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)	7月20日(土)	7月21日(日)
朝 食	○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 ○野菜炒め ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○キャベツさっと煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○チンゲン菜のお浸し ○たらこ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ポークシューマイ ○白菜の中華煮 ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○厚焼き卵 ○青菜と油揚げの炒り煮 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○じゃが芋のそぼろ煮 ○かっぱ漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豆腐ハンバーグ 夏野菜ソース ○オクラのわさび和え ○パイナップル ○ババロア	○豚丼 ○みそ汁 ○ほうれん草の辛子和え ○カクテルゼリー ○せんべい	○米飯 ○メンチカツ ○和風サラダ ○キウイフルーツ ○プリン	○米飯 ○鶏肉カレー風味焼き ○シーザーサラダ ○黄桃缶 ○バームクーヘン	○ちらし寿司 ○エビカツ ○焼き鳥 ○ゆでとうもろこし ○枝豆 ○トマト	○米飯 ○鯖の味噌煮 ○オカとえのき梅肉和え ○洋梨ヨーグルト和え ○ぶどうゼリー	○米飯 ○焼き肉 ○ほうれん草のナムル ○パイナップル ○マロンワッフル
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけみりん漬け焼き ○ポテトサラダ ○しその実漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏の味噌漬け焼き ○キャベツ塩だれ和え ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の煮付け ○味噌田楽 ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○鯖の梅みそ焼き ○豆腐とカニの卵とじ ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○豆腐のピリ辛葱炒め ○酢醤油和え ○つぼ漬け	○チキンカレーライス ○福神漬 ○うま塩サラダ ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○白身魚マスタード焼き ○彩りサラダ ○桜漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1632 kcal [タンパク質] 55.7 g [脂 質] 44.2 g [炭水化物] 244.5 g [塩 分] 9.1 g	[エネルギー] 1734 kcal [タンパク質] 62.7 g [脂 質] 46.9 g [炭水化物] 256.5 g [塩 分] 8.8 g	[エネルギー] 1641 kcal [タンパク質] 59.4 g [脂 質] 41.8 g [炭水化物] 248.1 g [塩 分] 6.5 g	[エネルギー] 1634 kcal [タンパク質] 71.4 g [脂 質] 40.1 g [炭水化物] 237.4 g [塩 分] 9.1 g	[エネルギー] 1629 kcal [タンパク質] 63.3 g [脂 質] 43.6 g [炭水化物] 239.3 g [塩 分] 10.3 g	[エネルギー] 1610 kcal [タンパク質] 61.5 g [脂 質] 38.1 g [炭水化物] 248.5 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1695 kcal [タンパク質] 62.3 g [脂 質] 55.9 g [炭水化物] 230.3 g [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： 2019年07月22日(月) ～ 2019年07月28日(日)

	7月22日(月)	7月23日(火)	7月24日(水)	7月25日(木)	7月26日(金)	7月27日(土)	7月28日(日)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○ソーゼージと野菜のソテー ○豆昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(鮭) ○豆腐とひじきの炒り煮 ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○ひきなないり ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の西京焼き ○白菜とさつま揚げ炒り煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○魚肉ソーゼージキャップソテー ○小松菜のお浸し ○みそ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○金平ごぼう ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○大根のツナ煮 ○しその実漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○グリルドチキンデミソース ○洋風炒り豆腐 ○黄桃缶 ○抹茶かん	○米飯 ○オニオバター和風ハンバーグ ○キャベツの塩炒め ○オレンジ ○アイス風デザート	○米飯 ○ほっけの山椒味噌焼き ○トマトとおくらサラダ ○マンゴープリン ○せんべい	○米飯 ○白身魚フライ ○ほうれん草のお浸し ○黒蜜きなこミルクス ○チョコパン	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○長芋きざみとろろ ○キウイフルーツ ○バームクーヘン	○うなぎちらし寿司 ○清汁 ○レタスとコーンサラダ ○フルーチェ(ぶどう) ○ワッフル	○米飯 ○豚と野菜の胡麻味噌煮 ○白菜のみみ漬け ○オレンジ ○はちみつパンゼリー
夕 食	○ゆかりごはん ○みそ汁 ○かれいの煮魚 ○チーズポテトサラダ ○ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○たらの卵マヨネーズ焼き ○ザーサイ豆腐サラダ ○野菜菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のオイスター煮 ○酢の物 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○かに玉 ○五目煮 ○きゅうり漬け	○米飯 ○みそ汁 ○あじ梅みりん焼き ○春雨マヨネーズ ○高菜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鯖のねぎ味噌焼き ○なす炒め ○ところてん	○米飯 ○みそ汁 ○たらの香草パン粉焼き ○マカロニキャップソテー ○野菜菜漬
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1661 kcal [タンパク質] 69.7 g [脂質] 44.4 g [炭水化物] 254.9 g [塩分] 7.4 g	[エネルギー] 1572 kcal [タンパク質] 62.0 g [脂質] 44.9 g [炭水化物] 223.2 g [塩分] 8.9 g	[エネルギー] 1634 kcal [タンパク質] 59.9 g [脂質] 43.7 g [炭水化物] 241.1 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1565 kcal [タンパク質] 63.0 g [脂質] 36.4 g [炭水化物] 239.0 g [塩分] 9.4 g	[エネルギー] 1641 kcal [タンパク質] 56.2 g [脂質] 47.7 g [炭水化物] 236.0 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1648 kcal [タンパク質] 63.1 g [脂質] 42.1 g [炭水化物] 245.6 g [塩分] 9.9 g	[エネルギー] 1652 kcal [タンパク質] 61.6 g [脂質] 51.4 g [炭水化物] 226.1 g [塩分] 7.4 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： 2019年07月29日(月) ～ 2019年08月04日(日)

	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)	8月1日(木)	8月2日(金)	8月3日(土)	8月4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 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○かっぱ漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの塩焼き ○竹輪と大根の煮物 ○たいみそ ○牛乳				
昼 食	○米飯 ○鮭の塩焼き ○かぼちゃサラダ ○ヨーグルトソースがけ ○抹茶カステラ	○米飯 ○回鍋肉 ○マカロニサラダ ○白桃缶 ○まんじゅう	○ハワイアンロコモコ ○スープ ○海老炒め ○すいか ○★月末御膳★ ○マドレーヌ				
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子の中華風煮 ○茄子のピリ辛和え ○桜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○あじの香味ソース ○奴豆腐 ○胡瓜の浅漬け	○チャーハン ○わかめスープ ○かにしゅうまい ○ヤクルト				
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1645 kcal [タンパク質] 55.9 g [脂質] 47.2 g [炭水化物] 239.1 g [塩分] 8.5 g	[エネルギー] 1661 kcal [タンパク質] 58.4 g [脂質] 49.2 g [炭水化物] 237.5 g [塩分] 8.2 g	[エネルギー] 1574 kcal [タンパク質] 55.4 g [脂質] 39.5 g [炭水化物] 245.2 g [塩分] 9.2 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

* 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。