

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2019年09月01日(日) ～ 2019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 ○納豆 ○竹輪と大根の煮物 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○キャベツとツナの和え物 ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○刻昆布の炒め煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○ひきないり ○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 ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○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 ○高野と枝豆の卵とじ ○味噌マヨネーズ和え ○梅干 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○オニオンバター和風ハンバーグ ○チーズ南瓜サラダ ○白桃ヨーグルト ○マスカットゼリー	○米飯 ○鶏肉のさっぱり煮 ○白菜とさつま揚げ炒め ○オレンジ ○ワッフル	○米飯 ○ポークチャップ ○大根和風サラダ ○パイナップル ○あんパン	○米飯 ○鱈の野菜甘酢あんかけ ○チンゲン菜の生姜和え ○白桃缶 ○せんべい	○米飯 ○あじみりん焼き ○春雨の中華サラダ ○キウイフルーツ ○ドームケーキ	○米飯 ○肉豆腐 ○マカロニサラダ ○マンゴープリン ○ミニエクレア	○米飯 ○黄金かれいの煮付け ○キャベツの胡麻サラダ ○トマト ○プリン
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○かに玉 ○もやしのナムル ○ザーサイ	○米飯 ○みそ汁 ○海老ボールのフリット煮 ○冬瓜の磯風味煮 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○さんまの塩焼き ○がんもと青菜の煮浸し ○うずら豆の甘煮	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の卵とじ煮 ○冷奴 ○ピーナツ和え	○カレーライス ○福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○フルーツヨーグルト	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの七味焼き ○じゃが芋のそぼろ煮 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のタルタルがけ ○大根のピリ辛炒め ○野菜ジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1607 kcal [タンパク質] 61.8 g [脂 質] 44.1 g [炭水化物] 236.2 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1488 kcal [タンパク質] 61.0 g [脂 質] 26.0 g [炭水化物] 244.5 g [塩 分] 8.2 g	[エネルギー] 1769 kcal [タンパク質] 62.4 g [脂 質] 58.6 g [炭水化物] 239.2 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1548 kcal [タンパク質] 59.3 g [脂 質] 35.6 g [炭水化物] 239.4 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1743 kcal [タンパク質] 62.1 g [脂 質] 51.1 g [炭水化物] 242.0 g [塩 分] 8.1 g	[エネルギー] 1737 kcal [タンパク質] 64.8 g [脂 質] 59.4 g [炭水化物] 217.8 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1562 kcal [タンパク質] 63.6 g [脂 質] 38.5 g [炭水化物] 221.6 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09月08日(日) ～ 2019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 ○さわら西京漬け焼き ○チンゲン菜のお浸し ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○白菜の炒め煮 ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ツナじゃが ○小松菜のお浸し ○たらこ ○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 ○納豆 ○にらと卵の炒め ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鮭フレーク ○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 ○梅干 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉と茸の彩り炒め ○奴豆腐 ○フルーチェ(ぶどう) ○ココアワッフル	○米飯 ○鮭のごましょうゆ焼き ○ジャーマンポテト ○パイナップル ○チョコパン	○米飯 ○鶏肉の照り煮 ○白菜と茸のボン酢風味 ○杏仁豆腐 ○カップケーキ	○菜飯 ○かにクリームコロッケ ○生揚げ炒り煮 ○キウイフルーツ ○チーズババロアシュール	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○じゃがたらサラダ ○りんごのコンポート ○せんべい	○米飯 ○天ぷら ○ほうれん草のゴマ和え ○オレンジ ○ロールケーキ	○米飯 ○八宝菜 ○大根ほたてサラダ ○パイナップル ○あんドーナツ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○たらの梅みそ焼き ○かぼちゃサラダ ○高菜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○棒棒鶏ソースがけ ○ソテー ○ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○麻婆なす ○かまどキャベツの炒め ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○じゃが芋の煮物 ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○さばのピリ辛漬け焼き ○大根のきんぴら ○胡瓜の醤油漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鰯の西京漬焼き ○豆腐のきのこあんかけ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○和風豆腐野菜ハンバーグ ○ポテトサラダ ○野菜ジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1564 kcal [タンパク質] 54.0 g [脂 質] 45.9 g [炭水化物] 226.8 g [塩 分] 8.1 g	[エネルギー] 1723 kcal [タンパク質] 74.4 g [脂 質] 39.4 g [炭水化物] 238.6 g [塩 分] 8.2 g	[エネルギー] 1598 kcal [タンパク質] 71.4 g [脂 質] 34.4 g [炭水化物] 240.6 g [塩 分] 6.5 g	[エネルギー] 1599 kcal [タンパク質] 58.8 g [脂 質] 41.1 g [炭水化物] 234.3 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1695 kcal [タンパク質] 64.1 g [脂 質] 50.8 g [炭水化物] 247.8 g [塩 分] 8.1 g	[エネルギー] 1626 kcal [タンパク質] 65.5 g [脂 質] 35.8 g [炭水化物] 256.1 g [塩 分] 8.7 g	[エネルギー] 1659 kcal [タンパク質] 50.5 g [脂 質] 49.9 g [炭水化物] 245.6 g [塩 分] 8.6 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09月15日(日) ～ 2019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 ○ひきないうり ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚西京焼き ○高野と枝豆の卵とじ ○梅干 ○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 ○鮭フレーク ○野菜炒め ○しば漬 ○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 ○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 ○長芋の梅しそ和え ○マンゴー ○コーヒゼリー	○米飯 ○豚肉の柳川風 ○しらすおろし ○キウイフルーツ ○黒糖まんじゅう	○麻婆丼 ○みそ汁 ○ブロッコリーかにかまサダ ○ピーチフルーチェ ○★複式献立の日★ ○B：柑橘おろしうどん ○せんべい	○カレーライス ○福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○カクテルゼリー ○プリン	○米飯 ○白身魚フライ ○三色浅漬け ○パイナップル ○水ようかん	○米飯 ○清汁 ○鮭の葱味噌マヨ焼き ○茄子の煮浸し ○大学いも ○★複式献立の日★ ○B：月見そば ○ワッフル	○米飯 ○豚肉の塩麴炒め ○刻昆布の炒め煮 ○キウイフルーツ ○あんドーナツ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○たらの塩麴漬け ○中華風冷奴 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○かれいの磯辺焼き ○青菜のソテー ○洋梨ヨーグルト和え	○米飯 ○みそ汁 ○ホキ味噌漬け焼き ○真砂炒り ○しば漬	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の辛子醤油焼き ○ごぼうサラダ ○高菜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○回鍋肉 ○卵豆腐 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉の香味ソース ○ハムとじゃが芋の炒め物 ○梅干	○ゆかりごはん ○みそ汁 ○和風玉子焼き ○レタスのサラダ ○桜漬け
栄養 量目 安	[エネルギー] 1555 kcal [タンパク質] 61.2 g [脂 質] 45.4 g [炭水化物] 216.4 g [塩 分] 7.1 g	[エネルギー] 1651 kcal [タンパク質] 61.3 g [脂 質] 47.9 g [炭水化物] 236.6 g [塩 分] 7.1 g	[エネルギー] 1610 kcal [タンパク質] 64.6 g [脂 質] 35.7 g [炭水化物] 250.0 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1692 kcal [タンパク質] 62.3 g [脂 質] 46.0 g [炭水化物] 244.1 g [塩 分] 9.5 g	[エネルギー] 1635 kcal [タンパク質] 56.1 g [脂 質] 44.9 g [炭水化物] 244.7 g [塩 分] 8.2 g	[エネルギー] 1604 kcal [タンパク質] 57.7 g [脂 質] 37.3 g [炭水化物] 249.3 g [塩 分] 9.7 g	[エネルギー] 1590 kcal [タンパク質] 51.6 g [脂 質] 47.4 g [炭水化物] 233.5 g [塩 分] 7.7 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09月22日(日) ～ 2019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(鮭) ○白菜の中華煮 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○小松菜のお浸し ○しそ昆布 ○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 ○一口がんもの煮物 ○小松菜のお浸し ○たらこ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鯖の塩焼き ○キャベツの塩炒め ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ソーセージと野菜のソテー ○たくあん漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉となすの炒め煮 ○きゅうりの酢の物 ○アセロラゼリー ○お茶まんじゅう	○ほたてご飯 ○鶏の味噌漬け焼き ○白菜のもみ漬け ○オレンジ ○カットケーキ	○菜飯 ○蒸たらの南蛮漬け ○かぼちゃの甘煮 ○キウイフルーツ ○せんべい	○米飯 ○鮭のごましょうゆ焼き ○さつまいもサラダ ○バナナヨーグルト ○チョコパン	○米飯 ○厚揚げの生姜そば煮 ○きゅうりの浅漬け ○白桃缶 ○ﾌｫｰﾚﾝ	○米飯 ○メンチカツ ○じゃが芋と油麩の煮物 ○フルーチェ(メロン) ○カステラ	○きのこのﾓﾅｲｽ ○野菜スープ ○レタスとコーンサラダ ○りんご ○★月末御膳★ ○珈琲ﾊﾞﾊﾞﾛｱ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○豆腐チャンプルー ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鯖の味噌煮 ○スパゲツティサラダ ○ザーサイ	○米飯 ○みそ汁 ○肉じゃが ○キャベツの塩炒め ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のキムチ炒め ○和え物(オクラ・長芋 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の西京焼き ○ささみのﾄﾚｶﾞﾔ ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○かれいの煮魚 ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾍﾞｰｺﾝのソテー ○うずら豆の甘煮	○チャーハン ○中華スープ ○錦糸シュウマイ ○黄桃缶
栄養 量目 安	[エネルギー] 1637 kcal [タンパク質] 62.7 g [脂質] 51.1 g [炭水化物] 219.8 g [塩分] 9.3 g	[エネルギー] 1669 kcal [タンパク質] 61.7 g [脂質] 50.3 g [炭水化物] 231.2 g [塩分] 8.2 g	[エネルギー] 1629 kcal [タンパク質] 56.0 g [脂質] 37.2 g [炭水化物] 261.9 g [塩分] 8.9 g	[エネルギー] 1733 kcal [タンパク質] 64.7 g [脂質] 53.6 g [炭水化物] 239.2 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1459 kcal [タンパク質] 61.1 g [脂質] 30.8 g [炭水化物] 225.4 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1599 kcal [タンパク質] 57.4 g [脂質] 34.6 g [炭水化物] 256.2 g [塩分] 7.4 g	[エネルギー] 1601 kcal [タンパク質] 55.3 g [脂質] 47.4 g [炭水化物] 291.7 g [塩分] 11.1 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09月29日(日) ～ 2019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 ○とろろ芋 ○竹輪と大根の煮物 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鯖西京焼き ○ほうれん草のお浸し ○はりはり漬け ○牛乳					
昼 食	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○とうがん帆立あんかけ ○パイナップル ○マロンワッフル	○米飯 ○海老団子と卵の炒め ○茄子と木綿豆腐の味噌かけ ○杏仁豆腐 ○芋ようかん					
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの塩焼き ○キャベツの味噌炒め ○白花生	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉と野菜の味噌煮 ○酢の物 ○白桃缶					
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1587 kcal [タンパク質] 57.2 g [脂 質] 39.3 g [炭水化物] 241.9 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1661 kcal [タンパク質] 56.6 g [脂 質] 35.9 g [炭水化物] 270.9 g [塩 分] 7.9 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。