

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2020年02月01日(土) ～ 2020年02月07日(金)

	2月1日(土)	2月2日(日)	2月3日(月)	2月4日(火)	2月5日(水)	2月6日(木)	2月7日(金)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○スクランブルエッグ ○青菜のベーコンソテー ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さわら西京漬け焼き ○豆腐とひじきの炒り煮 ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○竹輪と大根の煮物 ○ふりかけ ○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 ○ひきなすり ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○大根そぼろ煮 ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○ほうれん草のお浸し ○のり佃煮 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鮭のみそバター焼き ○中華風和え物 ○パイナップル ○芋ようかん	○米飯 ○鶏肉和風シソソース ○スパサラダ(ツナ) ○バナナヨーグルト ○やわらかクッキー	○いなり・卵ロール ○こづゆ ○五目煮 ○みかん ○★節分★ ○季節の和菓子	○米飯 ○鶏の唐揚げ ○蓮根のきんぴら ○キウイフルーツ ○あんパン	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○杓苺草と長芋の和え物 ○オレンジ ○珈琲ババロア	○米飯 ○酢豚 ○春雨の中華サラダ ○白桃缶 ○プリン	○ハヤシライス ○*福神漬 ○キャベツの胡麻サラダ ○りんご ○ミニエクレア
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○おでん ○ほうれん草のお浸し ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○白身魚のピカタ ○アスパラの炒め物 ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○チンジャオロース ○杓苺草とかのしめ ○はりはり漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鮭のムニエル外添え ○さつま芋のカボチャ ○かっぱ漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の卵とじ煮 ○かぶと菊の酢の物 ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○あじの南蛮漬け ○マカロニサラダ ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の塩焼き ○うの花 ○ヤクルト
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1535 kcal [タンパク質] 60.2 g [脂質] 31.5 g [炭水化物] 245.6 g [塩分] 8.5 g	[エネルギー] 1601 kcal [タンパク質] 67.2 g [脂質] 40.5 g [炭水化物] 229.4 g [塩分] 9.3 g	[エネルギー] 1622 kcal [タンパク質] 64.2 g [脂質] 46.4 g [炭水化物] 231.5 g [塩分] 8.2 g	[エネルギー] 1643 kcal [タンパク質] 57.5 g [脂質] 46.9 g [炭水化物] 240.4 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1811 kcal [タンパク質] 67.2 g [脂質] 57.6 g [炭水化物] 269.3 g [塩分] 7.9 g	[エネルギー] 1716 kcal [タンパク質] 62.4 g [脂質] 52.5 g [炭水化物] 236.1 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1640 kcal [タンパク質] 59.1 g [脂質] 44.6 g [炭水化物] 225.9 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： 2020年02月08日(土) ～ 2020年02月14日(金)

	2月8日(土)	2月9日(日)	2月10日(月)	2月11日(火)	2月12日(水)	2月13日(木)	2月14日(金)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○にらと卵の炒め ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○白菜の炒め煮 ○野沢菜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○かっぱ漬け ○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 ○高野と枝豆の卵とじ ○温野菜サラダ ○たいみそ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○揚出し豆腐の甘辛煮 ○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 ○ハムと杓苳草のバターソテー ○金時豆 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鶏肉のさっぱり煮 ○きゅうりの浅漬け ○黄桃・キウイ ○カステラ	○米飯 ○ほきの香草焼き ○肉じゃが ○オレンジ ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○とり肉のねぎソースかけ ○大根と車麩のうま煮 ○黄桃缶 ○豆乳プリン	○米飯 ○ほっけの塩焼き ○麻婆春雨 ○りんご ○ミニエクレア	○カレーライス ○*福神漬 ○大根とハムのサラダ ○マンゴープリン ○ワッフル	○米飯 ○鯖の塩麹漬け ○もやしと胡瓜の和え物 ○パイ ○りんごゼリー	○チキンライス ○コンソメスープ ○コロケ ○ハートの杏仁豆腐 ○★パインティンダーメニュー★ ○チョコプリン
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○大豆ミートのトマト煮 ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○肉豆腐 ○たまごサラダ ○しば漬	○米飯 ○みそ汁 ○かれの煮魚 ○ジャーマンポテト ○野菜ジュース	○菜飯 ○みそ汁 ○和風卵焼き ○大根の肉味噌がけ ○ジュース	○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 ○鯖の韓国風味噌煮 ○もやしのナムル ○大根甘酢漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1527 kcal [タンパク質] 69.9 g [脂 質] 24.5 g [炭水化物] 245.4 g [塩 分] 6.9 g	[エネルギー] 1588 kcal [タンパク質] 58.4 g [脂 質] 44.7 g [炭水化物] 229.9 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1594 kcal [タンパク質] 71.7 g [脂 質] 36.6 g [炭水化物] 235.8 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1519 kcal [タンパク質] 56.2 g [脂 質] 34.4 g [炭水化物] 228.9 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1731 kcal [タンパク質] 62.6 g [脂 質] 54.7 g [炭水化物] 238.9 g [塩 分] 8.6 g	[エネルギー] 1526 kcal [タンパク質] 49.8 g [脂 質] 42.4 g [炭水化物] 226.7 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1672 kcal [タンパク質] 63.3 g [脂 質] 42.2 g [炭水化物] 226.2 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： 2020年02月15日(土) ～ 2020年02月21日(金)

	2月15日(土)	2月16日(日)	2月17日(月)	2月18日(火)	2月19日(水)	2月20日(木)	2月21日(金)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○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	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりエッグ ○白菜のクリーム煮 ○かつば漬け ○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 ○鮭じゃが ○高菜漬け ○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 ○温泉卵 ○野菜ソテー ○たくあん漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鱈の味噌マヨ焼き ○長芋の和え物 ○洋なし缶 ○芋ようかん	○米飯 ○豚肉の塩麹炒め ○大根とホタテの含め煮 ○オレンジ ○お茶まんじゅう	○米飯 ○3種のチーズ入コロッケ ○トマトサラダ ○フルーツカクテル ○タルト	○牛丼 ○清汁 ○炊き合わせ ○ヨーグルトソースがけ ○★複式献立の日★ ○B: 味噌ラーメン ○カステラ	○米飯 ○鯖の味噌煮 ○浅漬け ○パイナップル ○せんべい	○米飯 ○おろしハンバーグ ○豆腐のきのこあんかけ ○キウイフルーツ ○黒糖カステラ	○親子丼 ○みそ汁 ○かぼちゃの甘煮 ○オレンジ ○★複式献立の日★ ○B: けんちんうどん ○やわらかクッキー
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○グリルドチキンマトリクス ○ポテトサラダ ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○炒り鶏 ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の香味ソース ○牛蒡の南蛮炒め ○高菜漬け	○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 ○豚肉のブルコギ ○わかめの中華和え ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○豚肉と舞茸のきんぴら ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○豚しゃぶの胡麻だれ ○マカロニチャップソテー ○野沢菜漬
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1597 kcal [タンパク質] 57.8 g [脂 質] 35.3 g [炭水化物] 253.3 g [塩 分] 8.2 g	[エネルギー] 1560 kcal [タンパク質] 67.9 g [脂 質] 40.4 g [炭水化物] 217.9 g [塩 分] 9.0 g	[エネルギー] 1566 kcal [タンパク質] 47.6 g [脂 質] 42.0 g [炭水化物] 227.9 g [塩 分] 8.7 g	[エネルギー] 1620 kcal [タンパク質] 69.4 g [脂 質] 36.9 g [炭水化物] 244.1 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1744 kcal [タンパク質] 64.3 g [脂 質] 53.3 g [炭水化物] 240.7 g [塩 分] 6.5 g	[エネルギー] 1538 kcal [タンパク質] 62.8 g [脂 質] 37.5 g [炭水化物] 232.1 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1773 kcal [タンパク質] 69.0 g [脂 質] 59.8 g [炭水化物] 224.8 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： 2020年02月22日(土) ～ 2020年02月28日(金)

	2月22日(土)	2月23日(日)	2月24日(月)	2月25日(火)	2月26日(水)	2月27日(木)	2月28日(金)
朝 食	○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 ○一口がんもの煮物 ○ほうれん草のお浸し ○しば漬 ○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 ○鮭フレーク ○キャベツとハム和え ○野菜菜漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○豆腐揚げ ○ジャーマンポテト ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○ほうれん草のゴマ和え ○高菜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○切干大根と高野の煮物 ○桜漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○たまごサラダ ○パイン ○あんドーナツ	○米飯 ○赤魚のマヨネーズ焼き ○大根の中華炒め ○オレンジ ○紅まんじゅう	○米飯 ○豚肉のオイスター煮 ○玉葱とわかめの酢の物 ○パイナップル ○抹茶かん	○米飯 ○炒り鶏 ○三色浅漬け ○黄桃缶 ○チョコパン	○米飯 ○鮭の幽庵焼き ○ほうれん草の和え物 ○りんごのコンポート ○ワッフル	○カツカレーライス ○*福神漬 ○若布とユウのサラダ ○オレンジ ○★月末御膳★ ○～さくら館人気メニュー～ ○りんごのムース	○米飯 ○豚肉の柳川風 ○もずく酢 ○フルーツカクテル ○せんべい
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○カレーのみそバター焼き ○胡瓜のしその実漬け ○ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○鶏とアスパラ黒胡椒炒め ○温奴 ○野菜ジュース	○菜飯 ○みそ汁 ○かに玉 ○さつまいもサラダ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの塩焼き ○春雨のうま煮 ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○八宝菜 ○酢の物 ○しそ昆布	○チャーハン ○中華スープ ○錦糸シュウマイ ○杏仁フルーツ	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の塩焼き ○含め煮 ○しそ昆布
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1814 kcal [タンパク質] 56.8 g [脂 質] 66.8 g [炭水化物] 237.4 g [塩 分] 6.6 g	[エネルギー] 1528 kcal [タンパク質] 65.5 g [脂 質] 32.8 g [炭水化物] 234.0 g [塩 分] 9.3 g	[エネルギー] 1746 kcal [タンパク質] 63.7 g [脂 質] 48.7 g [炭水化物] 257.6 g [塩 分] 10.4 g	[エネルギー] 1573 kcal [タンパク質] 71.0 g [脂 質] 31.5 g [炭水化物] 241.4 g [塩 分] 8.2 g	[エネルギー] 1583 kcal [タンパク質] 61.1 g [脂 質] 41.2 g [炭水化物] 231.9 g [塩 分] 9.0 g	[エネルギー] 1686 kcal [タンパク質] 62.8 g [脂 質] 44.1 g [炭水化物] 253.1 g [塩 分] 9.7 g	[エネルギー] 1616 kcal [タンパク質] 61.7 g [脂 質] 41.3 g [炭水化物] 227.9 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： 2020年02月29日(土) ～ 2020年03月06日(金)

	2月29日(土)	3月1日(日)	3月2日(月)	3月3日(火)	3月4日(水)	3月5日(木)	3月6日(金)
朝食	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○ポテトサラダ ○たらこ ○牛乳						
昼食	○米飯 ○赤魚の照り焼き ○小松菜と油揚げの炒り煮 ○マンゴー ○バームクーヘン						
夕食	○米飯 ○コンソメスープ ○ハンバーグカレーライスがけ ○彩りサラダ ○かっぱ漬け						
栄養量目安	[エネルギー] 1607 kcal [タンパク質] 60.9 g [脂質] 41.4 g [炭水化物] 240.5 g [塩分] 8.0 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	[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。