

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2020年03月01日(日) ～ 2020年03月07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)	3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 ○キャベツとツタの和え物 ○しそ昆布 ○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	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○ひきないり ○胡瓜の醤油漬け ○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 ○キャベツとペーコンのソテー ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○刻昆布の炒め煮 ○桜漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○オニオンバター和風ハンバーグ ○チーズ南豆腐サラダ ○白桃ヨーグルト ○たいやき	○米飯 ○鶏肉のさっぱり煮 ○ビーフンソテー ○パイナップル ○ワッフル	○ちらし寿司・春 ○清汁 ○三色浅漬け ○オレンジ・いちご ○★ひな祭りメニュー★ ○季節の和菓子	○米飯 ○鱈の野菜甘酢あんかけ ○チンゲン菜の生姜和え ○キウイフルーツ ○せんべい	○米飯 ○あじみりん焼き ○春雨の中華サラダ ○りんご ○やわらかクッキー	○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 ○鶏肉のタルタルがけ ○大根のピリ辛炒め ○オレンジ ○プリン
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○かに玉 ○もやしのナムル ○うずら豆の甘煮	○米飯 ○みそ汁 ○海老ボールのフリット煮 ○かぶの磯風味煮 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけのみりん焼き ○じゃが芋のそぼろ煮 ○ザーサイ	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の卵とじ煮 ○温奴 ○ジョア	○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 ○鮭のちゃんちゃん焼き ○かぼちゃの甘煮 ○野菜菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○黄金かれいの煮付け ○キャベツの胡麻サラダ ○野菜ジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1646 kcal [タンパク質] 59.5 g [脂 質] 42.7 g [炭水化物] 237.6 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1483 kcal [タンパク質] 58.3 g [脂 質] 26.3 g [炭水化物] 244.6 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1440 kcal [タンパク質] 59.1 g [脂 質] 26.8 g [炭水化物] 231.6 g [塩 分] 8.6 g	[エネルギー] 1611 kcal [タンパク質] 62.9 g [脂 質] 36.2 g [炭水化物] 250.8 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1621 kcal [タンパク質] 58.8 g [脂 質] 47.6 g [炭水化物] 222.3 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1749 kcal [タンパク質] 64.1 g [脂 質] 59.3 g [炭水化物] 222.0 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1546 kcal [タンパク質] 60.3 g [脂 質] 36.6 g [炭水化物] 226.3 g [塩 分] 8.3 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03月08日(日) ～ 2020年03月14日(土)

	3月8日(日)	3月9日(月)	3月10日(火)	3月11日(水)	3月12日(木)	3月13日(金)	3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 ○鮭じゃが ○小松菜のお浸し ○しその実漬け ○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 ○温奴 ○りんごフルーチェ ○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 ○クリームパン	○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 ○エビカツ ○生揚げ炒り煮 ○りんごのコンポート ○チーズパパロアシュー	○米飯 ○鶏の味噌漬け焼き ○じゃがたらサラダ ○オレンジ ○せんべい	○三色丼 ○清汁 ○大学いも風 ○りんご ○★複式献立の日★ ○B:かき揚げ桜うどん ○あんドーナツ	○米飯 ○シチュー ○*しば漬け ○レタスとコーンサラダ ○パイナップル ○ロールケーキ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○たらの梅みそ焼き ○かぼちゃサラダ ○ジュース	○米飯 ○中華スープ ○八宝菜 ○大根ほたてサラダ ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○麻婆なす ○かかまキャベツの炒め ○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 ○肉じゃが ○ほうれん草のゴマ和え ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○和豆腐野菜ハンバーグ ○和風ポテトサラダ ○ジュース
栄養 量目 安	[エネルギー] 1619 kcal [タンパク質] 53.6 g [脂 質] 45.9 g [炭水化物] 240.6 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1723 kcal [タンパク質] 69.3 g [脂 質] 51.0 g [炭水化物] 238.4 g [塩 分] 9.4 g	[エネルギー] 1695 kcal [タンパク質] 71.3 g [脂 質] 44.6 g [炭水化物] 241.9 g [塩 分] 6.6 g	[エネルギー] 1642 kcal [タンパク質] 61.5 g [脂 質] 46.0 g [炭水化物] 231.2 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1717 kcal [タンパク質] 76.8 g [脂 質] 51.1 g [炭水化物] 228.8 g [塩 分] 8.1 g	[エネルギー] 1706 kcal [タンパク質] 60.8 g [脂 質] 42.4 g [炭水化物] 262.7 g [塩 分] 8.9 g	[エネルギー] 1603 kcal [タンパク質] 50.5 g [脂 質] 29.9 g [炭水化物] 276.5 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： 2020年03月15日(日) ～ 2020年03月21日(土)

	3月15日(日)	3月16日(月)	3月17日(火)	3月18日(水)	3月19日(木)	3月20日(金)	3月21日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○さばの塩焼き ○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 ○厚焼き卵 ○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 ○キウイフルーツ ○りんごのムース	○米飯 ○かれいの磯辺焼き ○青菜の炒め物 ○マンゴー ○黒糖まんじゅう	○麻婆丼 ○みそ汁 ○春雨の中華サラダ ○いちごフルーチェ ○★複式献立の日★ OB：とんこつラーメン ○季節の和菓子	○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 ○菜の花コロッケ ○三色浅漬け ○パイナップル ○芋ようかん	○米飯 ○鰯の西京漬焼き ○豆腐のきのこあんかけ ○オレンジ ○ワッフル	○米飯 ○豚肉の塩麹炒め ○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 ○たららの塩麹漬け ○根菜の含め煮 ○野菜菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の柳川風 ○しらすおろし ○ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○ホキ味噌漬け焼き ○大根のたらこ炒め ○しば漬	○米飯 ○みそ汁 ○鮭の辛子醤油焼き ○ごぼうサラダ ○しその実漬け	○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 ○高菜漬け	○わかめごはん ○みそ汁 ○洋風玉子焼き ○レタスのサラダ ○梅干
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1489 kcal [タンパク質] 57.6 g [脂 質] 40.7 g [炭水化物] 215.2 g [塩 分] 8.4 g	[エネルギー] 1645 kcal [タンパク質] 59.6 g [脂 質] 47.0 g [炭水化物] 239.1 g [塩 分] 7.1 g	[エネルギー] 1629 kcal [タンパク質] 73.8 g [脂 質] 38.1 g [炭水化物] 240.4 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1687 kcal [タンパク質] 61.7 g [脂 質] 45.7 g [炭水化物] 244.0 g [塩 分] 9.6 g	[エネルギー] 1690 kcal [タンパク質] 54.8 g [脂 質] 47.1 g [炭水化物] 256.1 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1471 kcal [タンパク質] 65.4 g [脂 質] 30.7 g [炭水化物] 225.3 g [塩 分] 6.7 g	[エネルギー] 1585 kcal [タンパク質] 50.9 g [脂 質] 46.8 g [炭水化物] 233.1 g [塩 分] 8.4 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。

(さくら館)

期間： 2020年03月22日（日） ～ 2020年03月28日（土）

	3月22日(日)	3月23日(月)	3月24日(火)	3月25日(水)	3月26日(木)	3月27日(金)	3月28日(土)
朝食	○米飯 ○みそ汁 ○さばの塩焼き ○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 ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(鮭) ○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 ○カクテルゼリー	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○白菜と胡瓜のもみ漬 ○キウイフルーツ	○米飯 ○鶏の味噌漬け焼き ○じゃが芋のそぼろ煮 ○パイン缶・キウイ	○米飯 ○鮭のごましょうゆ焼き ○さつまいもサラダ ○オレンジ	○米飯 ○厚揚げの生姜そぼろ煮 ○ささみのドレがけ ○バナナヨーグルト	○米飯 ○鯖の山椒焼き ○揚げなすのみそがけ ○みかんフルーチェ	○米飯 ○蒸たらの南蛮漬け ○白菜のもみ漬け ○りんご
食	○お茶まんじゅう	○やわらかクッキー	○バームクーヘン	○あんパン	○せんべい	○カステラ	○チーズババロアシュー
夕食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○かぼちゃの甘煮 ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○かれいの煮魚 ○ブロッコリーとペーコンのソテー ○うずら豆の甘煮	○米飯 ○みそ汁 ○おでん ○キャベツの塩炒め ○のり佃煮	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のキムチ炒め ○胡瓜のしその実漬け ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○ブロッコリー胡麻ドレ ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉と野菜の味噌煮 ○酢の物 ○ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○かに玉 ○スパゲッティサラダ ○ザーサイ
栄養量目安	[エネルギー] 1536 kcal [タンパク質] 53.5 g [脂 質] 41.1 g [炭水化物] 226.8 g [塩 分] 8.7 g	[エネルギー] 1439 kcal [タンパク質] 56.3 g [脂 質] 33.9 g [炭水化物] 240.4 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1607 kcal [タンパク質] 66.0 g [脂 質] 38.1 g [炭水化物] 244.3 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1688 kcal [タンパク質] 62.7 g [脂 質] 52.7 g [炭水化物] 231.2 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 1492 kcal [タンパク質] 59.7 g [脂 質] 33.7 g [炭水化物] 228.6 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1676 kcal [タンパク質] 68.8 g [脂 質] 42.4 g [炭水化物] 245.9 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1525 kcal [タンパク質] 55.9 g [脂 質] 40.1 g [炭水化物] 219.8 g [塩 分] 7.1 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： 2020年03月29日（日） ～ 2020年04月04日（土）

	3月29日（日）	3月30日（月）	3月31日（火）	4月1日（水）	4月2日（木）	4月3日（金）	4月4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 ○炒り豆腐 ○ほうれん草のお浸し ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○鰯西京焼き ○チンゲン菜の和風ドレ和え ○しそ昆布 ○牛乳				
昼 食	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○かぶのあんかけ ○パイン缶・キウイ ○ココアワッフル	○天井 ○みそ汁 ○きゅうりの浅漬け ○杏仁豆腐 ○★月末御膳★ ○～ロイヤル館人気メニュー～ ○ロールケーキ	○米飯 ○豚肉のケチャップ炒め ○大根和風サラダ ○パイナップル ○やわらかクッキー				
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの塩焼き ○キャベツの味噌炒め ○ジョア	○チャーハン ○中華スープ ○錦糸シュウマイ ○黄桃缶	○米飯 ○みそ汁 ○鰯の味噌煮 ○筑前煮 ○ジュース				
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1644 kcal [タンパク質] 59.9 g [脂 質] 43.4 g [炭水化物] 243.9 g [塩 分] 7.7 g	[エネルギー] 1461 kcal [タンパク質] 50.7 g [脂 質] 31.2 g [炭水化物] 236.6 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1633 kcal [タンパク質] 58.1 g [脂 質] 43.6 g [炭水化物] 238.9 g [塩 分] 6.6 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。