

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2020年08月01日(土) ～ 2020年08月07日(金)

	8月1日(土)	8月2日(日)	8月3日(月)	8月4日(火)	8月5日(水)	8月6日(木)	8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 ○白菜の炒め煮 ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○目玉焼き ○ソーゼージと野菜のソテー ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○竹輪と大根の煮物 ○梅干 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ひきないり ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○かっぱ漬け ○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 ○のり佃煮 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○竹のムニエル勿外添え ○もやしの辛子和え ○フルーツカクテル	○米飯 ○鶏肉和風和ソッソース ○スパサラダ(ツナ) ○すいか	○米飯 ○竹のみそバター焼き ○菜の花胡麻和え ○黄桃・キウイ	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○たまごサラダ ○洋なし缶 ○★めんの日★	○米飯 ○酢豚 ○豆腐サラダ ○パイ缶・キウイ ○★デザートフェア★	○米飯 ○クリームコロッケ ○ほうれん草わさび和え ○オレンジ	○カレーライス ○*福神漬 ○キャベツの胡麻サラダ ○ヨーグルトソースがけ
夕 食	○ハヤシライス ○*福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○白身魚のピカタ ○うの花 ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○チンジャオロース ○杓苳草と加のナムル ○はりはり漬け	○米飯 ○みそ汁 ○サバの塩焼き ○中華風和え物 ○かっぱ漬け	○菜飯 ○みそ汁 ○和風卵焼き ○大根の肉味噌がけ ○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 ○サケの塩焼き ○アスパラの炒め物 ○ヤクルト
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1603 kcal [タンパク質] 56.5 g [脂 質] 47.8 g [炭水化物] 217.0 g [塩 分] 8.8 g	[エネルギー] 1543 kcal [タンパク質] 64.1 g [脂 質] 35.1 g [炭水化物] 229.6 g [塩 分] 9.3 g	[エネルギー] 1527 kcal [タンパク質] 60.9 g [脂 質] 45.7 g [炭水化物] 211.0 g [塩 分] 6.4 g	[エネルギー] 1648 kcal [タンパク質] 56.9 g [脂 質] 57.9 g [炭水化物] 212.6 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1599 kcal [タンパク質] 56.9 g [脂 質] 44.2 g [炭水化物] 236.5 g [塩 分] 6.6 g	[エネルギー] 1499 kcal [タンパク質] 55.1 g [脂 質] 40.1 g [炭水化物] 222.9 g [塩 分] 7.8 g	[エネルギー] 1621 kcal [タンパク質] 57.1 g [脂 質] 42.6 g [炭水化物] 236.9 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。

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2020年08月08日(土) ～ 2020年08月14日(金)

	8月8日(土)	8月9日(日)	8月10日(月)	8月11日(火)	8月12日(水)	8月13日(木)	8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 ○大根そぼろ煮 ○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 ○温泉卵 ○小松菜のお浸し ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○高野と枝豆の卵とじ ○温野菜サラダ ○梅干 ○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	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○ハムと杓苧草のパターター ○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 ○白桃缶 ○★めんの日★	○米飯 ○ほきの香草焼き ○麻婆春雨 ○黄桃缶	○米飯 ○とり肉のねぎソースかけ ○大根と車麩のうま煮 ○オレンジ	○米飯 ○サバの塩焼き ○野菜のかにあんかけ ○トマト	○米飯 ○麻婆なす ○きゅうりの浅漬け ○ピーチフルーチェ	○五目ごはん ○鮭の味噌焼き ○刻昆布の炒め煮 ○キウイフルーツ ○★めんの日★	○米飯 ○煮込みハンバーグ ○たまごサラダ ○パイン
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○キャベツのトマト煮 ○大根甘酢漬け	○米飯 ○みそ汁 ○肉豆腐 ○トマトサラダ ○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	○米飯 ○みそ汁 ○焼き肉 ○冷奴 ○りんごジュース	○米飯 ○みそ汁 ○サケの塩焼き ○含め煮 ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の山椒風味焼き ○もやしと胡瓜の和え物 ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○さわらの韓国風味噌煮 ○わかめの中華和え ○ジョア
栄養量目安	[エネルギー] 1363 kcal [タンパク質] 61.9 g [脂 質] 23.2 g [炭水化物] 215.0 g [塩 分] 6.7 g	[エネルギー] 1496 kcal [タンパク質] 54.5 g [脂 質] 40.5 g [炭水化物] 219.4 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1506 kcal [タンパク質] 69.5 g [脂 質] 35.3 g [炭水化物] 219.2 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1524 kcal [タンパク質] 56.5 g [脂 質] 45.4 g [炭水化物] 208.4 g [塩 分] 5.9 g	[エネルギー] 1563 kcal [タンパク質] 57.4 g [脂 質] 46.6 g [炭水化物] 217.5 g [塩 分] 6.7 g	[エネルギー] 1499 kcal [タンパク質] 56.5 g [脂 質] 36.5 g [炭水化物] 225.9 g [塩 分] 9.1 g	[エネルギー] 1600 kcal [タンパク質] 68.9 g [脂 質] 42.2 g [炭水化物] 247.7 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： 2020年08月15日(土) ～ 2020年08月21日(金)

	8月15日(土)	8月16日(日)	8月17日(月)	8月18日(火)	8月19日(水)	8月20日(木)	8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(サケ) ○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 ○金平ごぼう ○かっぱ漬け ○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 ○スクランブルエッグ ○ツナじゃが ○高菜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(サケ) ○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 ○タラの味噌マヨ焼き ○長芋の和え物 ○トマト	○米飯 ○豚肉の塩麴炒め ○大根とホタテの含め煮 ○オレンジ	○米飯 ○鶏肉のみぞれ煮 ○水菜サラダ ○ヨーグルトソースがけ ○★めんの日★	○米飯 ○さけハーブ焼き ○ほうれん草の和え物 ○りんごのコンポート	○米飯 ○サバの味噌煮 ○浅漬け ○オレンジ	○米飯 ○おろしハンバーグ ○豆腐のきのこあんかけ ○黄桃缶	○親子丼 ○スープ ○大根とほたての梅和え ○キウイフルーツ ○★複式献立の日★
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○グリルドチキンマトリス ○ポテトサラダ ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○春雨サラダ ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の香味ソース ○豚肉と舞茸のきんぴら ○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	○夏野菜カレーライス ○*福神漬 ○コールスローサラダ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○ごぼうの南蛮炒め ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の生姜炒め ○春雨の炒め物 ○野沢菜漬
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1453 kcal [タンパク質] 55.8 g [脂質] 35.2 g [炭水化物] 219.5 g [塩分] 8.6 g	[エネルギー] 1471 kcal [タンパク質] 60.1 g [脂質] 40.3 g [炭水化物] 203.8 g [塩分] 8.7 g	[エネルギー] 1535 kcal [タンパク質] 59.6 g [脂質] 42.8 g [炭水化物] 218.8 g [塩分] 8.0 g	[エネルギー] 1508 kcal [タンパク質] 71.1 g [脂質] 34.0 g [炭水化物] 219.7 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1697 kcal [タンパク質] 58.1 g [脂質] 52.8 g [炭水化物] 238.7 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1418 kcal [タンパク質] 57.2 g [脂質] 27.6 g [炭水化物] 228.8 g [塩分] 8.8 g	[エネルギー] 1635 kcal [タンパク質] 67.1 g [脂質] 49.0 g [炭水化物] 220.7 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： 2020年08月22日(土) ～ 2020年08月28日(金)

	8月22日(土)	8月23日(日)	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○ソーゼ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 ○赤魚の西京焼き ○豆腐とひじきの炒り煮 ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○キャベツとハム和え ○野沢菜漬 ○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 ○牛肉コロッケ ○もみ漬け ○パイン缶・キウイ ○★さくら納涼祭メニュー★	○米飯 ○赤魚のマヨネーズ焼き ○大根の中華炒め ○オレンジ	○ソースカツ丼 ○清汁 ○即席漬け ○黄桃・キウイ ○★さくらリクエストメニュー★	○米飯 ○豚しゃぶの胡麻だれ ○ビーフソテー ○みかんヨーグルト	○卵チャーハン ○中華スープ ○豆腐しゅうまい ○カラフルゼリー ○★複式献立の日★ ○★リトル納涼祭メニュー★ ○焼きそば	○米飯 ○炒り鶏 ○若布とアスパラのツツサガ ○キウイフルーツ ○★デザートフェア★	○米飯 ○豚肉のレモン醤油焼き ○ミモザサラダ ○フルーツカクテル ○★お楽しみ献立★
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○カレイのみそバター焼き ○炒り鶏 ○りんごジュース	○米飯 ○みそ汁 ○鶏とアスパラ黒胡椒炒め ○冷奴 ○しそ昆布	○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 ○もやしのナムル ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○八宝菜 ○酢の物 ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○炒り豆腐 ○梅干	○米飯 ○みそ汁 ○サケの塩焼き ○含め煮 ○ぶどうジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1649 kcal [タンパク質] 61.2 g [脂 質] 47.0 g [炭水化物] 237.4 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1440 kcal [タンパク質] 64.6 g [脂 質] 33.4 g [炭水化物] 210.0 g [塩 分] 9.1 g	[エネルギー] 1610 kcal [タンパク質] 65.9 g [脂 質] 34.5 g [炭水化物] 254.2 g [塩 分] 10.6 g	[エネルギー] 1677 kcal [タンパク質] 64.2 g [脂 質] 58.4 g [炭水化物] 209.7 g [塩 分] 7.5 g	[エネルギー] 2110 kcal [タンパク質] 74.2 g [脂 質] 57.1 g [炭水化物] 310.7 g [塩 分] 13.5 g	[エネルギー] 1429 kcal [タンパク質] 68.4 g [脂 質] 30.4 g [炭水化物] 210.6 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1591 kcal [タンパク質] 66.0 g [脂 質] 41.2 g [炭水化物] 215.4 g [塩 分] 6.8 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08月29日(土) ～ 2020年09月04日(金)

	8月29日(土)	8月30日(日)	8月31日(月)	9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○金平ごぼう ○かつば漬け ○牛乳	○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 ○目玉焼き ○キャベツとツタの和え物 ○しそ昆布 ○牛乳				
昼 食	○米飯 ○赤魚の照り焼き ○小松菜と油揚げの炒り煮 ○オレンジ	○米飯 ○とり肉の加-風味焼き ○アスパラ和風マヨがけ ○キウイフルーツ	○米飯 ○豚肉のケチャップ炒め ○大根和風サラダ ○パイン				
夕 食	○米飯 ○コンソメスープ ○煮込みハンバーグ ○彩りサラダ ○ヤクルト	○米飯 ○みそ汁 ○麻婆豆腐 ○もやしのナムル ○りんごジュース	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけのみりん焼き ○じゃが芋のそぼろ煮 ○ヤクルト				
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1425 kcal [タンパク質] 51.5 g [脂 質] 30.4 g [炭水化物] 260.0 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1418 kcal [タンパク質] 50.0 g [脂 質] 33.6 g [炭水化物] 223.0 g [塩 分] 5.6 g	[エネルギー] 1556 kcal [タンパク質] 59.0 g [脂 質] 40.6 g [炭水化物] 226.8 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。