

献立表

現 場：さんじゅ久我山

献立種類：常食（個別献立 / パン食 / ごはん食 / A定食 / B定食）

期 間：2021/8/30～2021/9/5

	月	火	水	木	金	土	日
	30	31	1	2	3	4	5
朝食	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] とろっとまるオムレツ きゅうり漬物 リンゴジュース	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] ス克蘭ブルエッグ やわらか小松菜のおひたし ぶどうジュース	[パン食] 食パン [ごはん食] 米飯 [共通料理] チンゲン菜のスープ かに玉子ロール ソフト昆布佃煮 コーヒー牛乳	ホタテ風味おじや やさい豆 さくら大根 ヨーグルトいちご味（カップ）	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] ミートオムレツ 梅干し オレンジジュース	ミニ白あんぱん ミニピーナッツパン リンゴジュース	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] オムレツ フルーツ缶 コーヒー牛乳
昼食	牛丼 味噌汁 彩り野菜の白和え バナナ	米飯 しじみの味噌汁 蒸し鶏の中華ソース きんとき 浅漬けなす	米飯 清汁 鯖の塩焼き 大根のそぼろあん フルーツ缶	焼きそば ★屋台メニュー★ やわらかたこ焼き いか焼き風 チョコバナナ リンゴジュース	米飯 味噌汁 豚肉のしょうが焼き ひじきの煮物 きゅうりの浅漬け	チキンカレー ほうれん草のソテー フルーツ缶 ヤクルト	米飯 清汁 鮭の西京焼き 山芋と油揚げの煮物 ブロッコリーのサラダ
夕食	米飯 味噌汁 鮭の山椒煮 れんこんと豚肉の金平 ポテトサラダ	米飯 味噌汁 三色稲荷の炊き合わせ 豚肉とパプリカの炒め物 フルーツ缶	米飯 味噌汁 豚肉と野菜の和風炒め ごま豆腐 もやしといんげんの和え物	米飯 味噌汁 鶏肉のマリネソース焼き 卵の花 白菜とカニカマのゴマ和え	米飯 味噌汁 白身魚のソテー（バサ） もやしと鶏肉の炒め物 洋梨缶はちみつジュレ	米飯 味噌汁 焼き鰻の南蛮漬け れんこんと絹揚げの煮物 さつまいもサラダ	米飯 味噌汁 豚肉の山椒煮 いかふくさ焼き うまい菜の塩ごまダレ和え
3時	マイケーキ お茶	クリームコンフェ お茶	ぼたぼた焼き お茶	ミニ今川焼 ★納涼祭★ お茶	黒糖饅頭 お茶	丸ぼうろ お茶	抹茶ワッフル お茶
	エネルギー 1389kcal 蛋白質 55.9g 脂質 40.5g カルシウム 375mg 鉄 6.7mg 食塩 7.8g	エネルギー 1380kcal 蛋白質 55.4g 脂質 38.7g カルシウム 531mg 鉄 9.8mg 食塩 7.6g	エネルギー 1391kcal 蛋白質 52g 脂質 52.1g カルシウム 562mg 鉄 6.7mg 食塩 8.3g	エネルギー 1441kcal 蛋白質 55.7g 脂質 43.7g カルシウム 798mg 鉄 8.3mg 食塩 7.7g	エネルギー 1373kcal 蛋白質 51.5g 脂質 43.4g カルシウム 385mg 鉄 6.6mg 食塩 8g	エネルギー 1417kcal 蛋白質 49.6g 脂質 32.5g カルシウム 667mg 鉄 12.8mg 食塩 6.5g	エネルギー 1415kcal 蛋白質 57.6g 脂質 45.5g カルシウム 813mg 鉄 6.7mg 食塩 7.4g

献立表

現 場：さんじゅ久我山

献立種類：常食（個別献立 / パン食 / ごはん食 / A定食 / B定食）

期 間：2021/9/6～2021/9/12

	月	火	水	木	金	土	日
	6	7	8	9	10	11	12
朝食	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] やわらかハンバーグ やわらか小松菜のおひたし おいしい いちごオ・レ	食パン ポトフ 葉野菜の和風ドレッシング仕立て オレンジジュース	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] スクラブルエッグ สปาゲッティーサラダ リンゴジュース	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] ベーコンエッグ きゅうり漬物 ぶどうジュース	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] はんぺんと大根の煮物 フルーツ缶 コーヒー牛乳	ミニあんぱん ミニクリームパン リンゴジュース	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] とろっとまるオムレツ フルーツ缶 ぶどうジュース
昼食	米飯 味噌汁 魚の南蛮焼き（鯖） 卵と木耳の彩り炒め フルーツ缶	米飯 白菜のスープ チンジャオロースー 長いもの中華和え フルーツ缶	米飯 清汁 鶏肉のホイル焼き 南瓜の甘煮 しそ昆布	山菜そば 里芋の鶏そぼろ煮 ミルク寒天 アップル乳酸菌飲料	米飯 清汁 秋刀魚の汐焼き さつまいもとリンゴの甘煮 桜だいこん	米飯 味噌汁 白身魚の香草パン粉焼き（パサ） 切干大根と鶏肉の煮物 ヨーグルト	米飯 味噌汁 ハンバーグ 大豆煮 チンゲン菜と平天の和え物
夕食	米飯 味噌汁 レモンチキン ごぼうと平天の煮物 南瓜と枝豆のサラダ	米飯 味噌汁 ホキのグリル 白菜と鶏肉の塩炒め しろ菜とかまぼこのお浸し	米飯 味噌汁 白身魚の揚げ浸し（メルルーサ） ひじきの炒め煮 フルーツ缶	米飯 味噌汁 豚肉のオイスター炒め たこふくさ焼き もずく酢	米飯 おでん キャベツとツナの炒め物 アスパラのピーナツドレサラダ	米飯 味噌汁 八宝菜 エビシューマイ ほうれん草の塩ポン酢和え	米飯 味噌汁 赤魚の煮付け 金平ごぼう สปาゲッティーサラダ
3時	黒糖ケーキ お茶	厚切りカットパウム お茶	窯焼チーズケーキ お茶	ミニようかんロール お茶	しっとりまんじゅう お茶	くる棒C a お茶	やわらかおかし お茶
	エネルギー 1370kcal 蛋白質 53.2g 脂質 43.5g カルシウム 460mg 鉄 6.4mg 食塩 7.3g	エネルギー 1420kcal 蛋白質 47.5g 脂質 49.6g カルシウム 448mg 鉄 5.3mg 食塩 7.1g	エネルギー 1396kcal 蛋白質 59g 脂質 38.6g カルシウム 443mg 鉄 6.2mg 食塩 8.3g	エネルギー 1365kcal 蛋白質 66.8g 脂質 37.7g カルシウム 490mg 鉄 6.3mg 食塩 9.2g	エネルギー 1357kcal 蛋白質 51.4g 脂質 38.7g カルシウム 534mg 鉄 7.1mg 食塩 8.6g	エネルギー 1376kcal 蛋白質 49.5g 脂質 41.8g カルシウム 744mg 鉄 6.6mg 食塩 5.4g	エネルギー 1376kcal 蛋白質 55.3g 脂質 41.1g カルシウム 945mg 鉄 8.9mg 食塩 8.1g

献立表

現 場：さんじゅ久我山

献立種類：常食（個別献立 / パン食 / ごはん食 / A定食 / B定食）

期 間：2021/9/13～2021/9/19

	月	火	水	木	金	土	日
	13	14	15	16	17	18	19
朝食	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] 大豆ホイル野菜あんかけ フルーツ缶 リンゴジュース	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] ミートオムレツ きんとき オレンジジュース	[パン食] 食パン スープ 卵焼き（パン食） [ごはん食] 米飯 味噌汁 卵焼き [共通料理] つぼ漬け コーヒー牛乳	かに風味おじや 白いんげん豆 漬物 ヨーグルト	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] やわらかハンバーグ マカロニサラダ ぶどうジュース	ミニあんぱん ミニチョコパン リンゴジュース	[パン食] 食パン [ごはん食] 米飯 [共通料理] スープ ス克蘭ブルエッグ フルーツ缶 ぶどうジュース
昼食	米飯 清汁 魚の粕漬け焼き（鯖） 肉じゃが 浅漬けなす	米飯 中華コーンスープ 中華風五目うま煮 ほうれん草のナムル キウイフルーツ	♪バイキング♪	米飯 キャベツのスープ 鶏肉のマスタード焼き ラタトゥイユ バナナ	米飯 味噌汁 魚の和風ステーキ（タラ） ポークビーンズ フルーツ缶	米飯 具沢山味噌汁 魚の韓国風煮（バス） 温泉卵 桜だいこん	米飯 味噌汁 鶏肉と里芋の煮込み 冷奴 キャベツの塩麴サラダ
夕食	米飯 味噌汁 牛皿 千草焼き ブロッコリーとかまぼこの香味ドレ和え	米飯 味噌汁 鶏の照り焼き キャベツの炒め物 フルーツ缶	米飯 味噌汁かきたま汁 ポークチャップ 冬瓜の煮物 色寒天	米飯 味噌汁 白身魚のソテー（メルルーサ） 大豆とちくわの煮物 ポテトサラダ	米飯 味噌汁 豚肉のブルコギ風&カニシューマイ 南瓜の含め煮 キャベツの浅漬け風	米飯 味噌汁 肉団子の和風あんかけ 高野豆腐のサイコロ煮 きゅうりの土佐酢和え	米飯 味噌汁 ホキのピカタ ほうれん草と豚肉の炒め煮 マカロニサラダ
3時	ワッフル お茶	フルーチェ お茶	ハッピーターン お茶	フレンチケーキ お茶	プリン お茶	シューエクレア お茶	柿ミックスゼリー お茶
	エネルギー 1368kcal 蛋白質 54.2g 脂質 40.9g カルシウム 599mg 鉄 7.3mg 食塩 7.9g	エネルギー 1347kcal 蛋白質 52.1g 脂質 38.7g カルシウム 440mg 鉄 5.8mg 食塩 8.4g	エネルギー 1075kcal 蛋白質 35.7g 脂質 35.2g カルシウム 478mg 鉄 4.2mg 食塩 6.9g	エネルギー 1345kcal 蛋白質 64.4g 脂質 30.3g カルシウム 547mg 鉄 6.5mg 食塩 7.2g	エネルギー 1357kcal 蛋白質 63.1g 脂質 36.6g カルシウム 386mg 鉄 5.8mg 食塩 7.8g	エネルギー 1411kcal 蛋白質 48.9g 脂質 51g カルシウム 659mg 鉄 8.8mg 食塩 6.3g	エネルギー 1399kcal 蛋白質 60.1g 脂質 38.6g カルシウム 766mg 鉄 8mg 食塩 7g

献立表

現 場：さんじゅ久我山

献立種類：常食（個別献立 / パン食 / ごはん食 / A定食 / B定食）

期 間：2021/9/20～2021/9/26

	月	火	水	木	金	土	日
	20	21	22	23	24	25	26
朝食	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] ベーコンエッグ しば漬け コーヒー牛乳	[パン食] スープ 食パン [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] 大豆ホイル野菜あんかけ はちみつ梅肉 ぶどうジュース	食パン 野菜のボルシチ風 葉野菜の和風ドレッシング仕立て オレンジジュース	[パン食] 食パン [ごはん食] 米飯 [共通料理] スープ とろっとまるオムレツ フルーツ缶 リンゴジュース	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] オムレツ ほうれん草とじゃこのお浸し コーヒー牛乳	ミニあんぱん ミニピーナッツパン リンゴジュース	[パン食] 食パン スープ 卵焼き（パン食） [ごはん食] 米飯 味噌汁 卵焼き（ごはん食） [共通料理] 鯛みそ オレンジジュース
昼食	敬老の日 ～松華堂弁当～	米飯 粕汁 魚の昆布焼き（あじ） さつまいも甘煮 きゅうりの浅漬け	米飯 味噌汁 鶏肉南蛮焼き 茄子とピーマンの煮浸し フルーツ缶	サケフレーク丼 味噌汁 絹揚げと昆布の煮物 南瓜のサラダ	米飯 清汁 鶏つくね やわらかごぼうサラダ バナナ	米飯 清汁 鮭の南部焼き 切干大根の煮物 豆腐の味噌だれかけ	米飯 味噌汁 豚肉の香味炒め 一口がんもの煮物 きざみ高菜
夕食	米飯 わかめスープ 回鍋肉 枝豆がんもの煮物 オクラとろろ和え	米飯 味噌汁 ハンバーグ 里芋と平天の煮物 フルーツ缶	米飯 豚汁 白身魚のグリル（バス） 金時豆煮 卵豆腐	米飯 味噌汁 豚大根 イカふくさ焼き ほうれん草の塩ポン酢和え	米飯 味噌汁 黄金カレイの山椒煮 卵の花 ブロッコリーのサラダ	米飯 味噌汁 クリームチキン 冬瓜の炒め煮 うまい菜とかまぼこのサラダ	米飯 赤だし ぎせい豆腐 れんこんとちくわの金平 フルーツ缶
3時	紅白饅頭 お茶	お月見まんじゅう お茶 ★お月見★	ドームケーキ お茶	おはぎ ★お彼岸★ お茶	カステラ お茶	♪喫茶♪	もみじまんじゅう お茶
	エネルギー 1437kcal 蛋白質 52.2g 脂質 39.7g カルシウム 363mg 鉄 5.7mg 食塩 8g	エネルギー 1360kcal 蛋白質 48.7g 脂質 23.7g カルシウム 679mg 鉄 8.6mg 食塩 8.2g	エネルギー 1406kcal 蛋白質 60.1g 脂質 35.7g カルシウム 357mg 鉄 6.8mg 食塩 7g	エネルギー 1391kcal 蛋白質 53.3g 脂質 36.2g カルシウム 615mg 鉄 7.2mg 食塩 7.8g	エネルギー 1360kcal 蛋白質 63.5g 脂質 36.7g カルシウム 788mg 鉄 5.5mg 食塩 8g	エネルギー 1425kcal 蛋白質 54.9g 脂質 45.5g カルシウム 785mg 鉄 8.2mg 食塩 5.2g	エネルギー 1357kcal 蛋白質 48.2g 脂質 43.8g カルシウム 693mg 鉄 7.2mg 食塩 8.5g

献立表

現 場：さんじゅ久我山

献立種類：常食（個別献立 / パン食 / ごはん食 / A定食 / B定食）

期 間：2021/9/27～2021/10/3

	月	火	水	木	金	土	日
	27	28	29	30	1	2	3
朝食	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] かに玉子ロール ソフト昆布佃煮 ぶどうジュース	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] ス克蘭ブルエッグ ツナとほうれん草の和え物 コーヒー牛乳	鶏肉入りおじや うぐいす豆 さくら大根 ブリン	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] やわらかハンバーグ マカロニサラダ リンゴジュース			
昼食	親子丼 味噌汁 彩り野菜の白和え フルーツポンチ	米飯 味噌汁 魚の磯辺揚げ（バス） なすそぼろ フルーツ缶	米飯 味噌汁 豚肉のからし炒め ゆず入り芋きんとん 漬物	米飯 青菜の中華スープ 麻婆豆腐 えびシュウマイ グレープ寒天			
夕食	米飯 味噌汁 ホッケの塩麴焼き じゃがいもと豚肉の煮物 ブロッコリーのごま和え	米飯 清汁 鶏肉のねぎ味噌焼き 小松菜とかまぼこの炒め煮 ヨーグルト（はちみつソース）	米飯 味噌汁 鮭の若狭焼き ひじき大豆 オレンジ	米飯 味噌汁 カレイの生姜煮 ふかしじゃがいも アスパラとなめこのお浸し			
3時	スイスバウム お茶	プチクッキー お茶	クリームコンフェ お茶	マイケーキ お茶			
	エネルギー 1385kcal 蛋白質 57.2g 脂質 39.3g カルシウム 438mg 鉄 5.8mg 食塩 8.2g	エネルギー 1372kcal 蛋白質 57.3g 脂質 42.7g カルシウム 722mg 鉄 6.1mg 食塩 7.4g	エネルギー 1415kcal 蛋白質 64g 脂質 42.2g カルシウム 396mg 鉄 5.2mg 食塩 5.6g	エネルギー 1348kcal 蛋白質 59.2g 脂質 29.2g カルシウム 490mg 鉄 7.6mg 食塩 8.8g			