

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 / C定食 / D定食 / E献立）

期 間：2022/4/25～2022/5/1

	月	火	水	木	金	土	日
	25	26	27	28	29	30	1
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 漬物 ぶどうジュース	カニ風味おじや やさい豆 フルーツ缶 プリン	ランチパック（たまご） ミニチョコパン 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 桜だいこん 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 ポテトサラダ コーヒー牛乳	ミニチョコパン 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] ベーコンエッグ フルーツ缶 コーヒー牛乳
昼食	米飯 清汁 豚味噌炒め ほうれん草のお浸し フルーツ缶	米飯 清汁 鯖の塩焼き さつまいもとリンゴの甘煮 奈良漬	ちらし寿司 味噌汁 山芋の鶏そぼろ煮 しろ菜のおから和え	米飯 白菜のスープ 豆腐入りイタリアンハンバーグ ポテトウインナー フルーツ缶	たけのご飯 味噌汁 鯖の塩焼き 肉金平 玉子豆腐	米飯 味噌汁 鯖の山椒煮 もやしと鶏肉の炒め物 いんげんとコーンのサラダ	米飯 中華スープ 油淋鶏（ユーリンチー） 高野豆腐のサイコロ煮 白菜とちりめんの香味ダレ
夕食	米飯 味噌かきたま汁 黄金カレーの生姜煮 ふかしじゃがいも もずく酢	米飯 味噌汁 鶏肉のくわ焼き 絹揚げと人参の煮物 アスパラともやしのサラダ	米飯 清汁 豚肉と大根の利休煮 冷奴（だし醤油） 白菜となめこのお浸し	米飯 味噌汁 シルバーの焼き浸し チンゲン菜と椎茸の炒め物 洋梨缶のピーチジュレ	米飯 味噌汁 レモンチキン 卵の花 ほうれん草とかまぼこの和え物	米飯 肉団子入りクリームシチュー はたけ菜とツナの炒め物 フルーツ缶	米飯 味噌汁 かれいの鳴門煮 キャベツとしめじの炒め物 スパゲッティサラダ
3時	ミニようかんロール お茶	もみじ饅頭 クリーム お茶	メープルプテケーキ お茶	しっとりどら焼き お茶	厚切りカットバウム お茶	★喫茶★	チーズケーキ お茶
	エネルギー 1342kcal 蛋白質 66.5g 脂質 39.4g カルシウム 530mg 鉄 5.3mg 食塩 8.5g	エネルギー 1383kcal 蛋白質 63.9g 脂質 45.8g カルシウム 467mg 鉄 6.3mg 食塩 6.5g	エネルギー 1376kcal 蛋白質 45.5g 脂質 48.8g カルシウム 526mg 鉄 6.5mg 食塩 7g	エネルギー 1363kcal 蛋白質 51.7g 脂質 37g カルシウム 490mg 鉄 7mg 食塩 7.6g	エネルギー 1372kcal 蛋白質 57.9g 脂質 44g カルシウム 692mg 鉄 5.4mg 食塩 8.7g	エネルギー 1598kcal 蛋白質 52.1g 脂質 67.9g カルシウム 719mg 鉄 9mg 食塩 4.9g	エネルギー 1455kcal 蛋白質 63.5g 脂質 48.8g カルシウム 857mg 鉄 7.2mg 食塩 8.9g

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 / C定食 / D定食 / E献立）

期 間：2022/5/2～2022/5/8

	月	火	水	木	金	土	日
	2	3	4	5	6	7	8
朝食	食パン ポトフ 葉野菜の和風ドレッシング仕立て リンゴジュース	鶏肉入りおじや 白いんげん豆 フルーツ缶 ヨーグルト	ミニあんぱん ランチパック（たまご） 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] かに玉子ロール 漬物（さくら漬け） 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] オムレツ 漬物 コーヒー牛乳	ミニ白あんぱん ミニチョコパン 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] ベーコンエッグ お浸し おいしい いちごオ・レ
昼食	米飯 味噌汁 豚肉とアスパラのオイスター炒め 切干大根の煮物 きゅうりの浅漬け	米飯 味噌汁 焼き鰹の南蛮漬け 大根と鶏肉の炒め物 かぼちゃと枝豆のサラダ	米飯 味噌汁 ハンバーグ 里芋と人参の煮物 カリフラワーとアスパラのサラダ	五目おこわ 清汁 ★端午の節句★ 魚の金山寺みそ焼き（鱈） 肉じゃが バナナ	とろろそば なすそぼろ フルーツポンチ アップル乳酸菌飲料	米飯 味噌かきたま汁 銀ひらすの香味焼き 切干大根とちくわの煮物 いんげんのおからサラダ	赤飯 清汁 刺身盛り ごぼうと平天の味噌煮 茶碗蒸し
夕食	米飯 赤だし 鮭の柚庵焼き 白菜と鶏肉の塩だしとろみ炒め フルーツ缶	米飯 味噌汁 牛皿 干草蒸し おくらのとろろ和え	米飯 清汁 赤魚の西京焼き ほうれん草と鶏肉のソテー 冷やし冬瓜	米飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 一口がんもの煮物 いんげんとかまぼこのビーナッツ和え	米飯 味噌汁 白身魚の香草パン粉焼き（バス） 大豆煮 大根とハムのサラダ	米飯 味噌汁 鶏肉のオニオンソース煮 れんこんと豚肉の金平 小松菜となめこの塩ポン和え	米飯 中華スープ 八宝菜 ツナじゃが 杏仁豆腐
3時	くろ棒C a お茶	抹茶ワッフル お茶	クリームコンフェ お茶	かしわもち お茶	人形焼 お茶	丸ぼうろ お茶	福まんじゅう お茶
	エネルギー 1365kcal 蛋白質 49.7g 脂質 40.7g カルシウム 525mg 鉄 5.7mg 食塩 7.9g	エネルギー 1364kcal 蛋白質 61.1g 脂質 36.6g カルシウム 855mg 鉄 7.3mg 食塩 6.1g	エネルギー 1325kcal 蛋白質 53.1g 脂質 38.5g カルシウム 766mg 鉄 9.5mg 食塩 5.4g	エネルギー 1318kcal 蛋白質 55g 脂質 28.6g カルシウム 422mg 鉄 6mg 食塩 8.3g	エネルギー 1357kcal 蛋白質 53.5g 脂質 33.3g カルシウム 450mg 鉄 6.5mg 食塩 8.2g	エネルギー 1380kcal 蛋白質 52.3g 脂質 42.7g カルシウム 836mg 鉄 12.5mg 食塩 5g	エネルギー 1344kcal 蛋白質 51.8g 脂質 32.3g カルシウム 725mg 鉄 6.3mg 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 / C定食 / D定食 / E献立）

期 間：2022/5/9～2022/5/15

	月	火	水	木	金	土	日
	9	10	11	12	13	14	15
朝食	[パン食] 食パン スープ [ごはん食] 米飯 味噌汁 [共通料理] 野菜と肉団子のトマト煮 昆布佃煮 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] ス克蘭ブルエッグ やさい豆 リンゴジュース	ランチパック（ツナマヨネーズ） ミニクリームパン 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] ひじき厚焼き卵 フルーツ缶 おいしい いちごオ・レ	[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 しば漬け ぶどうジュース	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] 桜だいこん. オレンジジュース
昼食	米飯 味噌汁 豚肉のしぐれ煮 オクラの中華和え フルーツ缶	米飯 清汁 魚の昆布焼き（ホッケ） さつまいもとリンゴの甘煮 ほうれん草のお浸し	米飯 コンソメスープ ハンバーグ しろなとちくわの塩麩ドレ和え フルーツ缶	米飯 清汁 鯖の塩焼き 卵と木耳の彩り炒め グレープ寒天	焼きそば ホトとウインナー マンゴーのヨーグルトかけ アップル乳酸菌飲料	米飯 味噌汁 豚肉と里芋の煮込み 豆腐の梅だれかけ きゅうりの昆布和え	米飯 味噌かきたま汁 黄金カレイの山椒煮 ふかしじゃがいも もずく酢
夕食	米飯 味噌汁 鮭の若狭焼き 卵の花 白菜の梅和え	米飯 豚汁 鶏肉のねぎ焼き 絹揚げと付記の煮物 フルーツ缶	米飯 味噌汁 ぎせい豆腐 大根と豚肉の炒め物 もやしとピーマンの和え物	米飯 中華スープ 回鍋肉 カニシューマイ ブロッコリーとささみの和え物	米飯 味噌汁 赤魚の焼き浸し 黒豆がんもの煮物 カリフラワーといんげんのサラダ	米飯 味噌汁 白身魚のソテー もやしと鶏肉の炒め物 さつまいものサラダ	米飯 味噌汁 牛肉と野菜の炒め物 大根とちくわの炒め煮 ミルク寒天
3時	栗カステラ饅頭 お茶	抹茶カステラ お茶	厚切りカットパウム お茶	やわらかおかき お茶	ショコラプチケーキ お茶	ドームケーキ お茶	ワッフル お茶
	エネルギー 1401kcal 蛋白質 48.4g 脂質 38.2g カルシウム 653mg 鉄 4.7mg 食塩 7.4g	エネルギー 1387kcal 蛋白質 56g 脂質 36.2g カルシウム 472mg 鉄 6.5mg 食塩 6.8g	エネルギー 1403kcal 蛋白質 45g 脂質 47.3g カルシウム 930mg 鉄 7.9mg 食塩 6.6g	エネルギー 1367kcal 蛋白質 51.9g 脂質 49.2g カルシウム 451mg 鉄 5.9mg 食塩 8.3g	エネルギー 1382kcal 蛋白質 57.5g 脂質 42g カルシウム 481mg 鉄 4.7mg 食塩 9.4g	エネルギー 1401kcal 蛋白質 50.9g 脂質 42g カルシウム 501mg 鉄 7.4mg 食塩 4.2g	エネルギー 1347kcal 蛋白質 58.8g 脂質 39.7g カルシウム 883mg 鉄 5.9mg 食塩 8.7g

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 / C定食 / D定食 / E献立）

期 間：2022/5/16～2022/5/22

	月	火	水	木	金	土	日
	16	17	18	19	20	21	22
朝食	食パン 野菜のボルシチ風 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（ケチャップ） つぼ漬け コーヒー牛乳	ミニクリームパン ミニチョコパン ぶどうジュース	ホタテ風味おじや きんとき フルーツ缶 プリン	[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 しそ昆布 おいしい いちごオ・レ	ランチパック（たまご） ミニあんぱん 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 ベーコンエッグ フルーツ缶 ぶどうジュース
昼食	米飯 味噌汁 豚肉のからし炒め. ひじきの煮物 奈良漬	チキンカレー ほうれん草のソテー フルーツ缶 ヤクルト	♪バイキング♪	米飯 味噌汁 ゆで豚のごまだれかけ 南瓜の甘煮. やわらか小松菜のおひたし	米飯 清汁 魚の韓国風煮（鯖） ほうれん草のナムル フルーツ缶	米飯 味噌汁 白身魚のピカタ（メルルーサ） 大根と鶏肉の塩煮 フルーツ缶	米飯 味噌汁 白身魚のグリル（バサ） 大豆煮 大根の塩ポン和え
夕食	米飯 味噌汁 鮭の照り焼き 高野豆腐のそぼろ煮 しろなの香味ダレ和え	米飯 味噌汁 鱈の香味焼き キャベツとベーコンのソテー 玉子豆腐	米飯 味噌汁 牛肉のピリ辛炒め 三色稲荷の煮物 小松菜としいたけの梅かつお和え	米飯 味噌汁 枝豆がんもの炊き合わせ 大根と豚肉のとりみ炒め オレンジ	米飯 味噌汁 肉じゃが やっこ 白菜の浅漬け風	米飯 味噌汁 クリームチキン ごぼうと豚肉の炒り煮 キャベツとツナのマリネ	米飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め イカふくさ焼き もやしとちくわのサラダ
3時	かっぱえびせん お茶	ムースシュー お茶	しっとりまんじゅう お茶	黒糖ケーキ お茶	よもぎまんじゅう お茶	もみじ饅頭 クリーム お茶	ハッピーターン お茶
	エネルギー 1386kcal 蛋白質 52.8g 脂質 45.2g カルシウム 508mg 鉄 6.6mg 食塩 7.8g	エネルギー 1357kcal 蛋白質 53.1g 脂質 41.6g カルシウム 523mg 鉄 6.5mg 食塩 8.6g	エネルギー 1046kcal 蛋白質 32.6g 脂質 33.2g カルシウム 419mg 鉄 6.2mg 食塩 5g	エネルギー 1398kcal 蛋白質 55.3g 脂質 46.1g カルシウム 405mg 鉄 5.6mg 食塩 5.8g	エネルギー 1403kcal 蛋白質 51.5g 脂質 40.9g カルシウム 560mg 鉄 6.7mg 食塩 9.1g	エネルギー 1383kcal 蛋白質 54.8g 脂質 41g カルシウム 459mg 鉄 6.5mg 食塩 5.2g	エネルギー 1408kcal 蛋白質 56g 脂質 49g カルシウム 598mg 鉄 6.5mg 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 / C定食 / D定食 / E献立）

期 間：2022/5/23～2022/5/29

	月	火	水	木	金	土	日
	23	24	25	26	27	28	29
朝食	[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] 梅干し 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] 大豆・野菜あんかけ 鯛みそ おいしい いちごオ・レ	ランチパック（ツナマヨネーズ） ミニピーナッツパン ぶどうジュース	[パン食] 食パン [ごはん食] 米飯 [共通料理] スープ やわらかハンバーグ うぐいす豆 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] ミートオムレツ フルーツ缶 コーヒー牛乳	ミニクリームパン ミニチョコパン 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 やさい豆 ぶどうジュース
昼食	米飯 中華コーンスープ 麻婆豆腐 ビーフン フルーツ缶	米飯 味噌汁 豚肉のしょうが焼き 高野豆腐の玉子とじ フルーツ缶	米飯 赤だし 赤魚の照り煮 はたけ菜と鶏肉の炒め物 キャベツとちくわの塩ごまダレ和え	きつねうどん 白菜と青菜のそぼろあんかけ バナナ ヤクルト	麦ご飯 清汁 魚の粕漬焼き（あじ） 茄子とピーマンの煮浸し とろろ	米飯 味噌汁 豚じゃが キャベツとピーマンの香味ドレ和え 抹茶ゼリー	米飯 味噌汁 白身魚の香味パン粉焼き（メルルーサ） ごま豆腐 白菜といんげんの和え物
夕食	米飯 かきたま汁 鯖の味噌煮 卵の花 きゅうりとかまぼこの酢の物	米飯 中華スープ ホキのから揚げ 鶏肉とひじきの炒め煮 もやしの和え物	米飯 味噌汁 ポークチャップ かぼちゃの含め煮 大根とコーンのサラダ	米飯 味噌汁 鮭の南部焼き ほうれん草と平天の煮浸し ポテトサラダ	米飯 味噌汁 鶏肉のマスタード焼き キャベツと豚肉のソテー ブロッコリーのおから和え	米飯 おでん 金平ごぼう きゅうりのゴマ酢和え	米飯 味噌汁 肉団子の和風あんかけ チンゲン菜とかまぼこの炒め煮 ヨーグルト
3時	プチシュークリーム お茶	レモンケーキ お茶	スイスバウム お茶	フルーチェ（ピーチ） お茶	シューエクレア お茶	★喫茶★	ぼたぼた焼き お茶
	エネルギー 1358kcal 蛋白質 50.6g 脂質 48.8g カルシウム 663mg 鉄 7.1mg 食塩 8.9g	エネルギー 1410kcal 蛋白質 49.4g 脂質 49.4g カルシウム 404mg 鉄 5.4mg 食塩 7.5g	エネルギー 1387kcal 蛋白質 53.7g 脂質 46.7g カルシウム 629mg 鉄 6.4mg 食塩 5.9g	エネルギー 1363kcal 蛋白質 54.2g 脂質 29.5g カルシウム 473mg 鉄 5.5mg 食塩 11.1g	エネルギー 1358kcal 蛋白質 54.7g 脂質 45.7g カルシウム 463mg 鉄 6.2mg 食塩 8g	エネルギー 1553kcal 蛋白質 50.1g 脂質 58.3g カルシウム 598mg 鉄 8.6mg 食塩 6g	エネルギー 1377kcal 蛋白質 50.5g 脂質 40.2g カルシウム 716mg 鉄 8.1mg 食塩 7.5g

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 / C定食 / D定食 / E献立）

期 間：2022/5/30～2022/6/5

	月	火	水	木	金	土	日
	30	31	1	2	3	4	5
朝食	食パン ポトフ スパゲッティーサラダ 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] スクランブルエッグ 切干大根の煮物 おいしい いちごオ・レ					
昼食	ねぎとろ丼 味噌汁 大豆煮 フルーツ缶	米飯 ほうれん草のスープ チキンのラビコットソース. ラタトゥイユ フルーツ缶					
夕食	米飯 味噌汁 豚肉のプルコギ風 カニシューマイ 小松菜とかまぼこの洋風お浸し	米飯 味噌汁 焼き鮭の南蛮漬け もやしと鶏肉の炒め物 白菜としいたけの香味ダレ和え					
3時	マイケーキ（チョコ） お茶	ミニようかんロール お茶					
	エネルギー 1435kcal 蛋白質 53.1g 脂質 43.7g カルシウム 481mg 鉄 7.2mg 食塩 7.9g	エネルギー 1357kcal 蛋白質 78.5g 脂質 38.5g カルシウム 481mg 鉄 5.1mg 食塩 8.1g					