

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：2025/5/26～2025/6/1

	月	火	水	木	金	土	日
	26	27	28	29	30	31	1
朝食	ミニ白あんぱん ミニピーナッツパン おいしい いちごオ・レ	全粥 オムレツ（ <i>ケチャップ</i> ） のり佃煮 ぶどうジュース	ミニあんぱん ミニチョコパン コーヒー牛乳	全粥 やわらかハンバーグ（ <i>ｸﾙ</i> ） 鯛みそ リンゴジュース	ミニチョコパン ミニクリームパン おいしい いちごオ・レ	ミニあんぱん ミニピーナッツパン コーヒー牛乳	ランチパック（たまご） ミニチョコパン ぶどうジュース
昼食	ちらし寿司 味噌汁 高野豆腐のサイコロ煮 小松菜と平天のパンパンドレサラダ	親子丼 味噌汁 里芋と油揚げの煮物 フルーツ缶	米飯 味噌汁 チーズメンチカツ 大豆と小えびの煮物 ブロッコリーとコーンのお浸し	米飯 味噌汁 ぶりの香味焼き 豚肉とパプリカの炒め物 うまい菜とちくわのおから和え	焼きそば ほうれん草のソテー フルーツ缶 ヤクルト	米飯 味噌かきたま汁 肉団子の和風あん キャベツとツナのソテー カリフラワーとちくわの香味ドレサラダ	米飯 清汁 いわしの生姜煮 なすのみそ炒め 白菜の塩レモンドレサラダ
夕食	米飯 清汁 豚肉のプルコギ やっこ キャベツとコーンの和風ドレサラダ	米飯 清汁 さばの西京焼き 三色稲荷の煮物 白菜の浅漬け	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） さけの山椒焼き ひじきと豚肉の炒め物 かつおねり梅	米飯 味噌汁（いりこ風味） 蒸し鶏 キャベツのじゃこ炒め ポテトサラダ	米飯 味噌汁 合鴨スモークスライス 絹揚げの煮物 おくらのとろろ和え	米飯 清汁 白身魚の味噌煮 大根と鶏肉の炒め物 スパゲティサラダ	米飯 味噌汁（いりこ風味） 豚肉ともやしの和風炒め 高野豆腐の煮物 さつまいものサラダ
3時	クリームコンフェ お茶	ショコラブチケーキ お茶	手作り抹茶ｼｵﾝｶｯﾌﾟケーキ お茶	ヨーグルトいちご味（カップ） お茶	栗カステラ饅頭 お茶	☕喫茶☕	パウムクーヘン お茶
	エネルギー 1349kcal 蛋白質 48.1g 脂質 38.9g カルシウム 665mg 鉄 13.5mg 食塩 6.8g	エネルギー 1390kcal 蛋白質 48g 脂質 35.4g カルシウム 536mg 鉄 6mg 食塩 6.3g	エネルギー 1477kcal 蛋白質 48.6g 脂質 53.8g カルシウム 717mg 鉄 6mg 食塩 5.4g	エネルギー 1416kcal 蛋白質 61.4g 脂質 37.5g カルシウム 556mg 鉄 8mg 食塩 5.8g	エネルギー 1407kcal 蛋白質 40.2g 脂質 53.4g カルシウム 502mg 鉄 5.1mg 食塩 7.2g	エネルギー 1490kcal 蛋白質 45.4g 脂質 54.9g カルシウム 911mg 鉄 9.1mg 食塩 4.8g	エネルギー 1386kcal 蛋白質 40.1g 脂質 52.6g カルシウム 546mg 鉄 6.2mg 食塩 4.8g

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：2025/6/2～2025/6/8

	月	火	水	木	金	土	日
	2	3	4	5	6	7	8
朝食	ミニクリームパン ミニあんぱん オレンジジュース	全粥 かに玉子ロール 梅びしお コーヒー牛乳	ミニピーナッツパン ランチパック（ツナマヨネーズ） リンゴジュース	全粥 オムレツ（ケチャップ） 鯛みそ おいしい いちごオ・レ	ミニピーナッツパン ミニクリームパン コーヒー牛乳	ミニあんぱん ミニチョコパン リンゴジュース	ランチパック（たまご） ミニピーナッツパン ぶどうジュース
昼食	米飯 味噌汁 鶏肉のくわ焼き 大根と豚肉の煮物 ブロッコリーのスローサラダ	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） シロガネダラのソテー 大豆とベーコンのコンソメ煮 もやしと平天のパンバンドレサラダ	米飯 味噌汁（いりこ風味） ホッケのたれ焼き 白菜と鶏肉のとろみ炒め 胡瓜の甘酢和え	米飯 清汁 鶏肉の豆鼓蒸し えびシューマイ いんげんとしめじのマヨサラダ	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 銀ひらすの照り煮 卵の花 とろろのゆかり和え	米飯 味噌汁 ホキの香草パン粉焼き 里芋のそぼろ煮 白菜といんげんの洋風お浸し	米飯 味噌汁（いりこ風味） 鶏肉の塩麴蒸し れんこんと豚肉の炒り煮 ブロッコリーのピリ辛和え
夕食	米飯 味噌汁 白身魚の竜田揚げ れんこんとちくわの金平 フルーツ缶	米飯 味噌汁 豚肉の香味炒め 松風焼き 小松菜とちりめんの白ごま和え	米飯 味噌汁（麦白味噌仕立て） ハンバーグ 金時豆煮 うまい菜と油揚げのからし和え	米飯 味噌汁 さばの塩焼き 高野豆腐と豚肉のサイコロ煮 もずく酢	米飯 味噌汁 千草焼き ブロッコリーのごまドレサラダ フルーツ缶	米飯 味噌汁 豚肉の野菜炒め 切干大根とちりめんの煮物 やっこ	米飯 味噌汁 白身魚の煮付け チンゲン菜と鶏肉の炒め物 フルーツ缶
3時	手作りみるくまんじゅう（抹茶） お茶	手作り紅茶パウンドケーキ お茶	手作り酒まんじゅう お茶	ハッピーターン お茶	ミニたいやき お茶	もみじ饅頭 クリーム お茶	手作りコアシフォンカップケーキ お茶
	エネルギー 1400kcal 蛋白質 45g 脂質 37.2g カルシウム 482mg 鉄 4.9mg 食塩 5.1g	エネルギー 1432kcal 蛋白質 57.7g 脂質 46.9g カルシウム 1075mg 鉄 11.5mg 食塩 6.5g	エネルギー 1392kcal 蛋白質 48.2g 脂質 33.4g カルシウム 451mg 鉄 7.7mg 食塩 5.8g	エネルギー 1499kcal 蛋白質 53.1g 脂質 58.2g カルシウム 493mg 鉄 6.4mg 食塩 6.4g	エネルギー 1384kcal 蛋白質 47.9g 脂質 36.1g カルシウム 969mg 鉄 5.7mg 食塩 5.8g	エネルギー 1393kcal 蛋白質 46.4g 脂質 46.2g カルシウム 591mg 鉄 12mg 食塩 5.1g	エネルギー 1347kcal 蛋白質 50.6g 脂質 40.3g カルシウム 416mg 鉄 5.8mg 食塩 5.2g

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：2025/6/9～2025/6/15

	月	火	水	木	金	土	日
	9	10	11	12	13	14	15
朝食	ミニあんぱん ミニクリームパン おいしい いちごオ・レ	全粥 スクランブルエッグ ゆずみそ コーヒー牛乳	鶏肉入りおじや 梅干し オレンジジュース	全粥 オムレツ（ケチャップ） のり佃煮 リンゴジュース	ミニクリームパン ミニあんぱん おいしい いちごオ・レ	ミニチョコパン ミニピーナッツパン コーヒー牛乳	ランチバック（イチゴジャム&マーガリン） ミニクリームパン ぶどうジュース
昼食	あじさい寿司 味噌汁（白味噌仕立て） 高野豆腐のそぼろ煮 スパゲティサラダ	チキンカレー チーズとグリーンピースのミニオムレツ ブロッコリーとパプリカのりんごドレ和え ヤクルト	米飯 中華スープ 回鍋肉 一口がんもの煮物 杏仁豆腐	米飯 味噌汁（麦白味噌仕立て） 焼きあじの南蛮漬け ひじきと豚肉の炒め煮 キャベツとコーンのピーナッツドレサラダ	野菜かき揚げそば れんこんと豚肉の煮物 胡瓜のごま酢和え アップル乳酸菌	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 鶏肉のマスタード焼き キャベツとツナの煮物 ほうれん草とかまぼこのパンバンドレサラダ	赤飯 刺身盛り 父の日 絹揚げの煮物 茶碗蒸し フルーツ缶
夕食	米飯 清汁 豚肉と大根の利休煮 なすの揚げ浸し うまい菜となめこの和え物	米飯 味噌汁（いりこ風味） 白身魚の唐揚げ 大根の金平 フルーツ缶	米飯 味噌汁 かれいのグリル ふかしじゃがいも もやしといんげんの塩麹ドレ和え	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 蒸し鶏 大豆煮 マカロニサラダ	米飯 味噌汁（いりこ風味） 牛肉のオイスター炒め やっこ かぼちゃのサラダ	米飯 清汁 さばの味噌煮 もやしと鶏肉の炒め物 フルーツ缶	米飯 豚肉のバター醤油炒め いかふくさ焼き しろなのおから和え 昆布佃煮
3時	ワッフル お茶	かっぱえびせん お茶	手作りカフェマドレーヌ お茶	手作りあんシュー（いちごあん） お茶	手作りきな粉プリン お茶	やわらかたこ焼き お茶	鮎菓子 お茶
	エネルギー 1386kcal 蛋白質 40.5g 脂質 49.7g カルシウム 757mg 鉄 6.8mg 食塩 6.1g	エネルギー 1420kcal 蛋白質 45.3g 脂質 40g カルシウム 1021mg 鉄 5.2mg 食塩 5.3g	エネルギー 1372kcal 蛋白質 48.5g 脂質 46g カルシウム 585mg 鉄 5.4mg 食塩 7.3g	エネルギー 1371kcal 蛋白質 56g 脂質 32.9g カルシウム 564mg 鉄 6.7mg 食塩 6g	エネルギー 1478kcal 蛋白質 42.7g 脂質 48.9g カルシウム 477mg 鉄 6.3mg 食塩 6.7g	エネルギー 1425kcal 蛋白質 50.5g 脂質 50.1g カルシウム 522mg 鉄 6.1mg 食塩 5.7g	エネルギー 1381kcal 蛋白質 47.8g 脂質 38.8g カルシウム 574mg 鉄 7.2mg 食塩 4.3g

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：2025/6/16～2025/6/22

	月	火	水	木	金	土	日
	16	17	18	19	20	21	22
朝食	ミニチョコパン ミニ白あんぱん おいしい いちごオ・レ	全粥 ひじき厚焼き卵 鯛みそ オレンジジュース	ミニクリームパン ミニあんぱん コーヒー牛乳	全粥 スクランブルエッグ 梅びしお おいしい いちごオ・レ	ミニピーナッツパン ミニチョコパン ぶどうジュース	ミニあんぱん ミニクリームパン コーヒー牛乳	ミニチョコパン ランチバック（ツナマヨネーズ） リンゴジュース
昼食	米飯 味噌汁 牛肉コロッケ ベーコンと枝豆の塩バターソテー ブロッコリーとちくわの和え物	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） ホキのソテー 鶏つみれ キャベツと平天のレモンドレサダ	米飯 コンソメスープ 鶏の唐揚げ 大豆とこんにゃくの煮物 ヨーグルト	米飯 味噌汁 ハンバーグ 金平ごぼう コールスローサダ	米飯 清汁 白身魚の煮付け キャベツと豚肉の炒め物 ねぎとあさりの酢味噌和え	きつねうどん 里芋のそぼろ煮 大根とツナの香味ドレサダ ヤクルト	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 蒸し鶏 切干大根とちりめんの煮物 いんげんと平天のパンバンドレサダ
夕食	米飯 味噌汁 白身魚の生姜煮 キャベツとあさりの炒め物 大根の大葉ドレサダ	米飯 味噌汁 豚肉と里芋の煮込み かにシューマイ いんげんとコーンのピリ辛和え	米飯 味噌汁 三色稲荷の炊き合わせ 小松菜のじゃこ炒め マカロニサダ	米飯 味噌汁 合鴨スモークスライス かぼちゃの含め煮 高菜炒め	米飯 味噌汁 豚カツの卵とじ 大根と小えびの炒め物 ブロッコリーとコーンのおからサダ	米飯 味噌汁 赤魚の焼き浸し 豚肉の和風炒め 手作り味付きごま豆腐	米飯 かきたま汁 なすそぼろ グレープ寒天 ～選択食～ A: チンジャオロース B: 魚の粕漬け焼き
3時	手作りみるくまんじゅう（白あん） お茶	手作りコーヒーゼリー お茶	手作りパウンドケーキ お茶	ロールケーキ（バニラ） お茶	手作りあんシュー（よもぎあん） お茶	手作りオレンジ・シフォンカップケーキ お茶	手作り黒糖まんじゅう（こしあん） お茶
	エネルギー 1403kcal 蛋白質 43.1g 脂質 40.9g カルシウム 568mg 鉄 10.2mg 食塩 5g	エネルギー 1383kcal 蛋白質 50.9g 脂質 38.1g カルシウム 715mg 鉄 9.4mg 食塩 5.6g	エネルギー 1460kcal 蛋白質 42.7g 脂質 57.1g カルシウム 763mg 鉄 6.7mg 食塩 5.3g	エネルギー 1439kcal 蛋白質 37.7g 脂質 49.6g カルシウム 779mg 鉄 6.3mg 食塩 7.1g	エネルギー 1451kcal 蛋白質 49g 脂質 41.4g カルシウム 646mg 鉄 9.8mg 食塩 5.7g	エネルギー 1420kcal 蛋白質 46.8g 脂質 42.8g カルシウム 412mg 鉄 4.4mg 食塩 6g	エネルギー 1404kcal 蛋白質 44.6g 脂質 44.6g カルシウム 526mg 鉄 6mg 食塩 5.8g

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：2025/6/23～2025/6/29

	月	火	水	木	金	土	日
	23	24	25	26	27	28	29
朝食	ミニクリームパン ミニピーナッツパン 素早くチャージ ドリンクゼリー	全粥 オムレツ（ <i>クチャップ</i> ） ゆずみそ オレンジジュース	ホタテ風味おじや さくら大根 コーヒー牛乳	全粥 やわらかハンバーグ（ <i>ｸﾙ</i> ） 鯛みそ ぶどうジュース	ミニピーナッツパン ミニチョコパン おいしい いちごオ・レ	ミニあんぱん ミニクリームパン コーヒー牛乳	ミニチョコパン ミニピーナッツパン リンゴジュース
昼食	しょうけめし【岐阜県郷土料理】 味噌汁 ホッケの塩麴焼き 大根と豚肉の炒め物 ブロッコリーとコーンのごまドレサラダ	サーモンたたき丼 味噌汁 たけのことふきの炒り煮 洋ナシ缶のはちみつジュレ	米飯 味噌汁（いりこ風味） 豚肉の塩だれ炒め 玉子豆腐 いんげんとコーンの和え物	米飯 清汁 白身魚の味噌煮 大根と豚肉のとりみ炒め ほうれん草とちくわのわさび和え	キーマカレー キャベツと平天の大葉ドレサラダ すいか ヤクルト	米飯 味噌汁 えびマカロニグラタンフライ 切干大根の煮物 ブロッコリーのパンバンドレサラダ	木の葉丼 味噌汁（いりこ風味） ひじきと鶏肉の炒め煮 さつまいもとオレンジのサラダ
夕食	米飯 味噌かきたま汁 肉じゃが いかふくさやき 冷やし冬瓜	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 肉団子の野菜あんかけ 大豆と小えびの煮物 胡瓜の昆布和え	米飯 味噌汁 ぶり大根 もやしとニラの炒め物 ポテトサラダ	米飯 味噌汁 鶏肉のマリネソース焼き 茎わかめと絹揚げの炒め煮 ミルク寒天のイチゴソースかけ	米飯 豚汁 さわらの照り焼き 金平ごぼう 胡瓜の浅漬け	米飯 清汁 豚の生姜煮 やっこ おくらのとろろ和え	米飯 味噌汁 枝豆がんもの炊き合わせ チンゲン菜とツナの炒め物 のり佃煮
3時	プチクッキー お茶	クリームコンフェ お茶	ドームケーキ お茶	手作りみるくまんじゅう（抹茶） お茶	やわらかおかき（のり） お茶	 喫茶 	手作りきな粉ソフトケーキ お茶
	<i>エネルギー</i> 1474kcal 蛋白質 50.7g 脂質 35.1g カルシウム 884mg 鉄 5.2mg 食塩 6.4g	<i>エネルギー</i> 1420kcal 蛋白質 39.7g 脂質 44.8g カルシウム 572mg 鉄 10.6mg 食塩 6.6g	<i>エネルギー</i> 1386kcal 蛋白質 48.7g 脂質 43.6g カルシウム 431mg 鉄 6.4mg 食塩 6.1g	<i>エネルギー</i> 1411kcal 蛋白質 56.2g 脂質 35g カルシウム 653mg 鉄 6.7mg 食塩 6.2g	<i>エネルギー</i> 1369kcal 蛋白質 40.6g 脂質 45.1g カルシウム 752mg 鉄 4.6mg 食塩 4.2g	<i>エネルギー</i> 1449kcal 蛋白質 42.4g 脂質 47g カルシウム 823mg 鉄 6.4mg 食塩 6g	<i>エネルギー</i> 1343kcal 蛋白質 37g 脂質 42.9g カルシウム 586mg 鉄 4.7mg 食塩 5.8g

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：2025/6/30～2025/7/6

	月	火	水	木	金	土	日
	30	1	2	3	4	5	6
朝食	ミニあんぱん ミニクリームパン コーヒー牛乳						
昼食	米飯 清汁 鶏肉のみそ焼き 豚肉と絹揚げの煮物 フルーツ缶						
夕食	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 赤魚の山椒煮 揚げなすの甘酢和え キャベツといんげんのマヨサラダ						
3時	シューエクレア お茶						
	エネルギー 1382kcal 蛋白質 50.8g 脂質 45.9g カルシウム 497mg 鉄 11.1mg 食塩 4.3g						