

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：2025/4/28～2025/5/4

	月	火	水	木	金	土	日
	28	29	30	1	2	3	4
朝食	ミニクリームパン 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> ） ゆずみそ リンゴジュース	ミニチョコパン ミニクリームパン オレンジジュース	全粥 やわらかハンバーグ（ <i>和</i> ） 鯛みそ ぶどうジュース	ミニピーナッツパン ランチバック（ <i>イゴジヤム&マーガリン</i> ） コーヒー牛乳	ミニあんぱん ミニクリームパン 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 リンゴジュース
昼食	米飯 味噌汁 回鍋肉 ひじきと油揚げの煮物 杏仁豆腐のマンゴーソースかけ	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 白身魚唐揚げ 高野豆腐のそぼろ煮 しろなの和え物	米飯 味噌汁 牛皿 鶏つみれ 菜の花と平天の麴 ^カ 和え	米飯 <small>かんびょう卵とじ汁【栃木県郷土料理】</small> 鶏肉のねぎ焼き 豚肉と絹揚げの煮物 黄桃缶のピーチジュレ	米飯 味噌汁 ホキのグリル キャベツとベーコンのソテー カリフラワーと玉ねぎのスローサラダ	米飯 味噌汁（麦白味噌仕立て） レモンチキン 切干大根とちりめんの煮物 しろなとちくわのピーナツドレサラダ	米飯 清汁 赤魚の西京焼き 高野豆腐と鶏肉のサイコロ煮 ブロッコリーとコーンのマヨサラダ
夕食	米飯 おでん 白オと鶏肉の塩だしとろみ炒め 胡瓜の浅漬け	米飯 味噌汁 ハンバーグ 大豆とベーコンのコンソメ煮 ブロッコリーのバジルドレサラ	米飯 清汁 白身魚の味噌煮 奴豆腐 キャベツとコーンのパンバンドレサラ	米飯 味噌汁（いりこ風味） いわしの山椒煮 うまい菜と鶏肉の炒め物 ポテトサラダ	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 八宝菜 えびシューマイ フルーツ缶	米飯 味噌汁 さばの照り焼き ごぼうと鶏肉の炒り煮 もやしといんげんの白ごま和え	米飯 味噌汁（いりこ風味） 豚肉の野菜炒め 松風焼き 大根の生酢
3時	シューエクレア お茶	かつぱえびせん お茶	井村屋ミニ肉まん お茶	手作り抹茶わらび餅 お茶 ★八十八夜★	手作りマドレーヌ（ <i>パナ</i> 風味） お茶	プリン お茶	厚切りカットバウム お茶
	エネルギー 1379kcal 蛋白質 44.1g 脂質 46.2g カルシウム 752mg 鉄 5.1mg 食塩 4.8g	エネルギー 1414kcal 蛋白質 48g 脂質 47.2g カルシウム 663mg 鉄 7.3mg 食塩 6.4g	エネルギー 1389kcal 蛋白質 53.3g 脂質 45.3g カルシウム 736mg 鉄 10.2mg 食塩 5.8g	エネルギー 1395kcal 蛋白質 52.1g 脂質 39.6g カルシウム 686mg 鉄 9.4mg 食塩 5.7g	エネルギー 1403kcal 蛋白質 40.6g 脂質 46g カルシウム 525mg 鉄 10.5mg 食塩 5.4g	エネルギー 1357kcal 蛋白質 62.6g 脂質 45.1g カルシウム 741mg 鉄 7mg 食塩 4.8g	エネルギー 1417kcal 蛋白質 51.2g 脂質 48g カルシウム 571mg 鉄 8.7mg 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：2025/5/5～2025/5/11

	月	火	水	木	金	土	日
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	ミニアんぱん ミニクリームパン コーヒー牛乳	全粥 ス克蘭ブルエッグ 鯛みそ オレンジジュース	ミニチョコパン ミニピーナッツパン おいしい いちごオ・レ	全粥（ワンプレート） オムレツ（ケチャップ） 梅びしお コーヒー牛乳	ミニアんぱん ミニピーナッツパン リンゴジュース	ミニクリームパン ランチパック（たまご） ぶどうジュース	ミニピーナッツパン ミニチョコパン コーヒー牛乳
昼食	オムライス コンソメスープ エビフライ 手作りメロンゼリー ★端午の節句★	米飯 豚汁 さわらの生姜煮 テンゲン菜と鶏肉の炒め物 大根とコーンの香味ドレサラダ	キーマカレー もやしとちりめんの塩麹ドレ和え フルーツ缶 ヤクルト	米飯 味噌汁 ホッケのたれ焼き 大豆と鶏肉のトマト煮 マカロニサラダ	鶏そぼろと卵の二色丼 味噌汁（白味噌仕立て） たけのこと鶏肉の炒り煮 胡瓜とかまぼこの甘酢和え	米飯 味噌汁（いりこ風味） 豚大根 やっこ コールスローサラダ	赤飯 ♪母の日♪ 刺身盛り 里芋と豚肉の煮物 白菜の柚子風味 茶碗蒸し
夕食	米飯 あじの照り煮 ふかしじゃがいも キャベツと油揚げのピリ辛和え さくら漬け	米飯 味噌汁 鶏肉の梅風味焼き 絹揚げの煮物 白菜の麴ナムル和え	米飯 味噌汁 枝豆がんもの炊き合わせ 大根とツナの炒め物 さつまいもとオレンジのサラダ	米飯 味噌汁 豚肉の塩ダレ炒め ひじきとちくわの煮物 冷やし冬瓜	米飯 味噌汁 焼き肉風 いかふくさ焼き 洋なし缶のオレンジジュレ	米飯 味噌汁 白身魚の唐揚げ もやしとニラの炒め物 うまい菜とちくわの和え物	米飯 鶏肉のオニオンソース煮 れんこんと油揚げの炒め生酢 ミルク寒天のあんずソースかけ 昆布佃煮
3時	かしわもち お茶	手作りコアソフォンナップケーキ お茶	手作りみるくまんじゅう(抹茶) お茶	手作り黒ごま水ようかん お茶	手作り紅茶パウンドケーキ お茶	やわらかおかき お茶	手作り福まんじゅう お茶
	エネルギー 1411kcal 蛋白質 45.6g 脂質 35.8g カルシウム 289mg 鉄 5.2mg 食塩 6.1g	エネルギー 1396kcal 蛋白質 52g 脂質 43.7g カルシウム 575mg 鉄 7.6mg 食塩 5.6g	エネルギー 1444kcal 蛋白質 37.1g 脂質 43g カルシウム 794mg 鉄 4.2mg 食塩 4.6g	エネルギー 1394kcal 蛋白質 50.9g 脂質 44g カルシウム 583mg 鉄 6.5mg 食塩 6.1g	エネルギー 1468kcal 蛋白質 45.9g 脂質 48.7g カルシウム 345mg 鉄 8.1mg 食塩 5g	エネルギー 1373kcal 蛋白質 47.1g 脂質 49.4g カルシウム 535mg 鉄 6.4mg 食塩 6.5g	エネルギー 1373kcal 蛋白質 46.5g 脂質 36.5g カルシウム 491mg 鉄 4.4mg 食塩 4.2g

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：2025/5/12～2025/5/18

	月	火	水	木	金	土	日
	12	13	14	15	16	17	18
朝食	ミニクリームパン ミニあんぱん リンゴジュース	全粥 かに玉子ロール ゆずみそ おいしい いちごオ・レ	ミニピーナッツパン ランチパック（ツナマヨネーズ） オレンジジュース	全粥 オムレツ（ケチャップ） のり佃煮 コーヒー牛乳	ミニピーナッツパン ミニクリームパン 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	ランチパック（たまご） ミニピーナッツパン オレンジジュース
昼食	米飯 味噌汁 ハンバーグ うまい菜とえのきの炒め物 カリフラワーとちくわのごまドレ和え	米飯 味噌汁 豚カツのおろしあんかけ ひじき大豆 ちりめん山椒	ねぎとろ丼 味噌汁（白味噌仕立て） 切干大根と豚肉の煮物 かぼちゃのサラダ	お好み焼き 味噌汁 絹揚げのそぼろ煮 胡瓜とちくわのごま酢和え	米飯 味噌汁（麦白味噌仕立て） ホキの香草パン粉焼き 大根と鶏肉の塩煮 ブロッコリーのピリ辛和え	米飯 清汁 さばの味噌煮 れんこんと平天の金平 もずく酢	米飯 味噌汁 豚肉のごま醤油炒め 一口がんもの煮物 白菜となめこの梅かつお和え
夕食	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 赤魚の袖庵焼き 白菜と豚肉のとろみ炒め フルーツ缶	米飯 味噌汁（いりこ風味） かれいの煮付け チンゲン菜と豚肉の炒め物 マカロニサラダ	米飯 味噌汁 クリームチキン キャベツとウインナーの炒め物 ほうれん草と平天の白ごま和え	米飯 中華スープ 白身魚の唐揚げ ごぼうと豚肉の炒り煮 玉子豆腐	米飯 味噌汁 肉じゃが やっこ もやしといんげんの麺ナムル和え	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 蒸し鶏 しろなとツナのソテー カリフラワーの香味ドレサラダ	米飯 味噌汁（いりこ風味） 銀ひらすのグリル じゃがいもと油揚げの煮物 フルーツ缶
3時	抹茶カステラ お茶	もみじ饅頭 クリーム お茶	手作りあんシュー（よもぎあん） お茶	しっとりどら焼き（カスタード） お茶	手作り酒まんじゅう お茶	もっちりたい焼きクリーム お茶	手作りスイートポテト お茶
	エネルギー 1368kcal 蛋白質 45.6g 脂質 36g カルシウム 611mg 鉄 7mg 食塩 5.1g	エネルギー 1397kcal 蛋白質 51.2g 脂質 37.2g カルシウム 727mg 鉄 5.5mg 食塩 6.2g	エネルギー 1394kcal 蛋白質 53.6g 脂質 47.7g カルシウム 429mg 鉄 4.5mg 食塩 6.1g	エネルギー 1433kcal 蛋白質 52g 脂質 54.5g カルシウム 352mg 鉄 5.2mg 食塩 7.2g	エネルギー 1380kcal 蛋白質 47g 脂質 35.5g カルシウム 461mg 鉄 8.5mg 食塩 5.5g	エネルギー 1424kcal 蛋白質 47.5g 脂質 46.7g カルシウム 443mg 鉄 5.9mg 食塩 4.5g	エネルギー 1386kcal 蛋白質 45.8g 脂質 46.8g カルシウム 407mg 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：2025/5/19～2025/5/25

	月	火	水	木	金	土	日
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	ミニクリームパン ミニチョコパン おいしい いちごオ・レ	全粥 ひじき厚焼き卵 鯛みそ コーヒー牛乳	ホタテ風味おじや 梅干し リンゴジュース	全粥 スクランブルエッグ ゆずみそ おいしい いちごオ・レ	ミニチョコパン ミニあんぱん コーヒー牛乳	ミニピーナッツパン ランチパック（仔ゴジヤ&マーガリン） ぶどうジュース	ミニチョコパン ミニクリームパン オレンジジュース
昼食	豆ごはん 味噌汁 白身魚の生姜煮 キャベツと鶏肉の炒め物 もやしとコーンの和風ドレサラダ	米飯 味噌汁 豚肉の山椒煮 卵の花 寒天とフルーツ缶の盛り合わせ	🍷バイキング🍷	たぬきうどん なすそぼろ バナナ アップル乳酸菌飲料	米飯 味噌汁 鶏の唐揚げ キャベツとしめじの炒め物 小松菜のわさび和え	ポークカレー キャベツとパプリカのりんごドレサラダ パイン缶の紅茶ジュレ ヤクルト	米飯 味噌汁（いりこ風味） 白身魚の煮付け もやしとピーマンの炒め物 マカロニサラダ
夕食	米飯 味噌汁 鶏肉の塩焼き ごぼうと絹揚げの煮物 ブロッコリーのスローサラダ	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） あじの香味焼き かぼちやの含め煮 大根のバンバンドレサラダ	米飯 味噌汁 ミートローフ 大豆とこんにやくの煮物 カリフラワーとパプリカのバジルドレサラダ	米飯 味噌汁（いりこ風味） 豚肉とニラのオイスター炒め 冬瓜と小えびのくず煮 キャベツの香味ドレサラダ	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 焼きさわらの南蛮漬け 高野豆腐のそぼろ煮 フルーツ缶	米飯 おでん れんこんの炒め生酢 胡瓜の昆布和え	米飯 味噌汁 ハンバーグ ベーコンと枝豆の塩バターソテー ヨーグルトのはちみつソースかけ
3時	手作りババロア（ミルク金時風味） お茶	手作りみるくまんじゅう（白あん） お茶	おかしなバナナ お茶	ハッピーターン お茶	カステラ お茶	手作りよもぎまんじゅう お茶	ミニたいやき お茶
	エネルギー 1382kcal 蛋白質 51.4g 脂質 45.7g カルシウム 595mg 鉄 8.8mg 食塩 6g	エネルギー 1402kcal 蛋白質 47.2g 脂質 35g カルシウム 853mg 鉄 6.4mg 食塩 5.1g	エネルギー 1087kcal 蛋白質 30.8g 脂質 32.8g カルシウム 607mg 鉄 6.7mg 食塩 6g	エネルギー 1405kcal 蛋白質 39.9g 脂質 40.1g カルシウム 454mg 鉄 4.4mg 食塩 10.7g	エネルギー 1416kcal 蛋白質 49.2g 脂質 44.2g カルシウム 567mg 鉄 11.7mg 食塩 4.3g	エネルギー 1407kcal 蛋白質 41.1g 脂質 37g カルシウム 835mg 鉄 5.6mg 食塩 5g	エネルギー 1403kcal 蛋白質 44.8g 脂質 45.5g カルシウム 617mg 鉄 5.2mg 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：2025/5/26～2025/6/1

	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（ケチャップ） 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（卵） 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	
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	
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煮 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	
3時	クリームコンフェ お茶	ショコラプチケーキ お茶	手作り抹茶ソフォンカップケーキ お茶	ヨーグルトいちご味 お茶	栗カステラ饅頭 お茶	☪喫茶☪	
	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	