

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：2025/7/28～2025/8/3

	月	火	水	木	金	土	日
	28	29	30	31	1	2	3
朝食	ミニ白あんぱん ミニチョコパン リンゴジュース	全粥 スクランブルエッグ のり佃煮 おいしい いちごオ・レ	中華風おじや（そのままご飯） さくら大根 コーヒー牛乳	全粥 かに玉子ロール 鯛みそ オレンジジュース	ミニピーナッツパン ミニクリームパン リンゴジュース	ミニチョコパン ランチパック（たまご） 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	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 豚肉の山椒煮 松風焼き うまい菜のごまサラダ	ちらし寿司 味噌汁 切干大根と豚肉の煮物 手作りぶどうゼリー	米飯 清汁 ホッケの塩麹焼き なすのよごし【富山県郷土料理】 白菜のお浸し	オムライス 野菜スープ ミートボール フルーツ缶	米飯 清汁 焼きさわらの南蛮漬け 大根と油揚げの利休煮 キャベツとちくわの和え物	米飯 味噌汁 レモンチキン 高野豆腐と豚肉のサイコロ煮 大根と大根葉のピリ辛和え	米飯 味噌汁（いりこ風味） えびマカロニグラタンフライ 大豆と豚肉のカレー炒め カリフラワーとちくわのバンパンドレサラダ
夕食	米飯 かきたま汁 赤魚の西京焼き 大豆煮 フルーツ缶	米飯 コンソメスープ ハンバーグ ひじきと平天の炒り煮 冷やし冬瓜	米飯 味噌汁（いりこ風味） 擬製豆腐 しろなのソテー マカロニサラダ	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 鶏肉の梅風味焼き 豚肉と絹揚げの炒め煮 洋ナシ缶のはちみつジュレ	米飯 味噌汁 八宝菜 かにシューマイ ブロッコリーとパプリカのマヨサラダ	米飯 味噌汁 さけの若狭焼き 一口がんもの煮物 いんげんの香味ドレ和え	米飯 味噌汁 白身魚の煮付け 金平ごぼう フルーツ缶
3時	シューエクレア お茶	しっとりどら焼き お茶	ミニたいやき お茶	やわらかおかき お茶	厚切りカットバウム お茶	手作りきな粉ソフトカップケーキ お茶	抹茶ワッフル お茶
	エネルギー 1372kcal 蛋白質 49.6g 脂質 40.4g カルシウム 828mg 鉄 7.2mg 食塩 4.4g	エネルギー 1386kcal 蛋白質 40.2g 脂質 39.8g カルシウム 466mg 鉄 5.4mg 食塩 7.4g	エネルギー 1370kcal 蛋白質 41.2g 脂質 39.3g カルシウム 773mg 鉄 4.8mg 食塩 7g	エネルギー 1401kcal 蛋白質 41.9g 脂質 44.3g カルシウム 312mg 鉄 4.8mg 食塩 7.5g	エネルギー 1392kcal 蛋白質 42g 脂質 42.8g カルシウム 391mg 鉄 6mg 食塩 5.9g	エネルギー 1377kcal 蛋白質 54.6g 脂質 47.7g カルシウム 573mg 鉄 5.7mg 食塩 5.4g	エネルギー 1377kcal 蛋白質 43.9g 脂質 38.7g カルシウム 998mg 鉄 6.8mg 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：2025/8/4～2025/8/10

	月	火	水	木	金	土	日
	4	5	6	7	8	9	10
朝食	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 ゆずみそ リンゴジュース	ミニピーナッツパン ミニあんぱん おいしい いちごオ・レ	全粥 オムレツ のり佃煮 コーヒー牛乳	ミニチョコパン ミニ白あんぱん オレンジジュース	ランチバック（イチゴジャム&マーガリン） ミニピーナッツパン 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
昼食	米飯 清汁 さばの味噌煮 うまい菜と鶏肉の炒め物 白菜と平天のからし和え	米飯 味噌汁 豚カツの卵とじ 白菜と糸昆布の煮物 大根とコーンの大葉ドレサラダ	キーマカレー キャベツとツナの炒め物 フルーツ缶 梅ジュース ～皆様が作ってくださった梅ジュースです～	米飯 清汁 銀ひらすの山椒煮 やっこ 白菜とちくわの和え物	サラダ寿司 味噌汁（白味噌仕立て） 絹揚げのそぼろ煮 キャベツのピーナツドレサラダ	米飯 中華スープ 豚肉のオイスター炒め 大豆とえびの煮物 杏仁豆腐	米飯 味噌汁 白身魚の生姜煮 大根と豚肉のとりみ炒め ポテトサラダ
夕食	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 鶏肉のねぎ焼き 里芋と油揚げの煮物 ブロッコリーとちりめんの香味和え	米飯 味噌汁 ホキのソテー れんこんと豚肉の炒り煮 かぼちやのサラダ	米飯 豚汁 蒸し鶏 絹揚げの煮物 ブロッコリーのごまドレサラダ	米飯 味噌汁（麦白味噌仕立て） れんこんまんじゅう しろなと鶏肉の炒め物 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） 合鴨スモークスライス 白菜と豚肉の煮物 きざみしば漬け	米飯 味噌汁 あじの香味焼き キャベツと鶏肉の炒め物 スパゲティサラダ	米飯 味噌汁 ハンバーグ 高野豆腐のサイコロ煮 キャベツと平天のピリ辛和え
3時	手作りみるくまんじゅう（白あん） お茶	ワッフル お茶	手作りあんシュー（よもぎあん） お茶	フルーチェ（ピーチ） お茶	クリームコンフェ お茶	ムースシュー お茶	手作りきな粉ソフトマフィン お茶
	エネルギー 1448kcal 蛋白質 53.5g 脂質 46.5g カルシウム 619mg 鉄 12.4mg 食塩 5.7g	エネルギー 1438kcal 蛋白質 47.5g 脂質 35.5g カルシウム 627mg 鉄 5.9mg 食塩 6.5g	エネルギー 1436kcal 蛋白質 51.4g 脂質 42.8g カルシウム 1000mg 鉄 6.2mg 食塩 6.8g	エネルギー 1357kcal 蛋白質 43.4g 脂質 39.3g カルシウム 858mg 鉄 6.7mg 食塩 6g	エネルギー 1356kcal 蛋白質 41.7g 脂質 47.3g カルシウム 672mg 鉄 6.8mg 食塩 5.5g	エネルギー 1425kcal 蛋白質 47.8g 脂質 51.1g カルシウム 832mg 鉄 5.3mg 食塩 4.5g	エネルギー 1369kcal 蛋白質 46.9g 脂質 46.2g カルシウム 583mg 鉄 5.9mg 食塩 6.3g

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：2025/8/11～2025/8/17

	月	火	水	木	金	土	日
	11	12	13	14	15	16	17
朝食	ミニピーナッツパン ミニあんぱん コーヒー牛乳	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 リンゴジュース	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 コーヒー牛乳	ミニクリームパン ランチパック（ツナマヨネーズ） オレンジジュース	ミニチョコパン ミニ白あんぱん リンゴジュース
昼食	豚丼 味噌汁（白味噌仕立て） 冬瓜の炒め煮 白菜と大根葉の梅かつお和え	冷やし中華 ごぼうと油揚げの炒め煮 フルーツ缶 アップル乳酸菌	米飯 味噌汁（いりこ風味） 精進の炊き合わせ 大根の金平 手作り味付きごま豆腐	米飯 とろろ汁 鶏大根 キャベツとツナの炒め物 フルーツ缶	米飯 おくずかけ【宮城県郷土料理】 赤魚の照り煮 大根と豚肉の炒め物 カリフラワーとコーンのスローサラダ	米飯 味噌汁 蒸し鶏 ひじきと油揚げの煮物 さつまいものサラダ	米飯 味噌汁 ホッケの塩麹焼き もやしと鶏肉の炒め物 おくらのおろし和え
夕食	米飯 味噌汁 白身魚の唐揚げ キャベツと小えびの煮浸し ブロッコリーとコーンのパンバンドレサラダ	米飯 味噌汁 タンドリーチキン うまい菜とベーコンの炒め物 キャベツとちくわの香味ドレサラダ	米飯 味噌汁 豚肉の塩ダレ炒め 松風焼き 白菜といんげんのわさび和え	米飯 味噌汁 ホキのピカタ 豚肉と絹揚げの煮物 ブロッコリーと平天のお浸し	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 麻婆なす いわしつみれの煮物 フルーツ缶	ゆかり御飯 清汁 さわらの西京焼き 里芋と豚肉の煮物 やっこ	米飯 味噌汁 豚肉と白菜のすき煮 いかふくさ焼き 黄桃缶のピーチジュレ
3時	ドームケーキ お茶	やわらかおかき お茶	手作りチョコマドレーヌ お茶	手作り黒糖まんじゅう（白あん） お茶	メープルプテケーキ お茶	手作り紅茶パウンドケーキ お茶	新しっとりどら焼き お茶
	エネルギー 1391kcal 蛋白質 44.7g 脂質 37.2g カルシウム 656mg 鉄 5.7mg 食塩 4.8g	エネルギー 1417kcal 蛋白質 45.1g 脂質 44.6g カルシウム 420mg 鉄 5.7mg 食塩 7g	エネルギー 1440kcal 蛋白質 42.2g 脂質 52.9g カルシウム 606mg 鉄 6.4mg 食塩 5g	エネルギー 1488kcal 蛋白質 54.1g 脂質 37.2g カルシウム 591mg 鉄 8.2mg 食塩 5.8g	エネルギー 1380kcal 蛋白質 44.8g 脂質 43.7g カルシウム 496mg 鉄 4.9mg 食塩 5g	エネルギー 1384kcal 蛋白質 58.3g 脂質 45.4g カルシウム 432mg 鉄 10.5mg 食塩 6.3g	エネルギー 1364kcal 蛋白質 48.6g 脂質 40.9g カルシウム 567mg 鉄 5.9mg 食塩 4.5g

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：2025/8/18～2025/8/24

	月	火	水	木	金	土	日
	18	19	20	21	22	23	24
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 ゆずみそ コーヒー牛乳	きのおじや さくら大根 オレンジジュース	全粥 やわらかハンバーグ のり佃煮 リンゴジュース	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 ランチバック（ツナマヨネーズ） オレンジジュース
昼食	ミートソーススパゲティ コンソメスープ じゃがいもと油揚げの煮物 いんげんと平天の香味ドレ和え	米飯 味噌汁 牛肉のピリ辛和え えびシューマイ チンゲン菜の真砂和え	米飯 味噌汁 白身魚の唐揚げ ベーコンと枝豆の塩バターソテー 大根とちくわの和風ドレサラダ	ちらし寿司 味噌汁 鶏肉と絹揚げの煮物 もやしといんげんの和え物	米飯 中華スープ 酢鶏 大豆とこんにゃくの煮物 フルーツ缶	米飯 味噌汁（いりこ風味） 豚肉のマスタード炒め かぼちゃの含め煮 ヨーグルトのはちみつソースかけ	木の葉丼 味噌汁（麦白味噌仕立て） なすの揚げ浸し キャベツとちりめんの塩麹ドレサラダ
夕食	米飯 味噌汁（いりこ風味） さばの照り焼き たけのこと豚肉の炒り煮 かぼちゃのサラダ	米飯 味噌汁 いわしの生姜煮 卵の花 カリフラワーのバジルドレサラダ	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 鶏肉のにんにく醤油焼き れんこんと平天の金平 玉子豆腐	米飯 味噌汁 肉じゃが 冷やし冬瓜 フルーツ缶	米飯 味噌汁 ホッケのたれ焼き 白菜と豚肉のとりみ炒め ブロッコリーとパプリカのスローサラダ	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 赤魚の煮付け 小松菜と鶏肉の炒め物 とろろの梅かつお和え	米飯 味噌汁 ごま和え フルーツ缶 ～選択食～ A:焼き餃子&シューマイ B:鶏つくね（しそ風味）
3時	手作りあんシュー（栗あん） お茶	手作りいちごマドレーヌ お茶	もみじ饅頭 こしあん お茶	手作りきな粉プリン お茶	手作りみるくまんじゅう（抹茶） お茶	シューエクレア お茶	手作りパウンドケーキ お茶
	エネルギー 1401kcal 蛋白質 46.2g 脂質 47.7g カルシウム 364mg 鉄 4.4mg 食塩 6g	エネルギー 1478kcal 蛋白質 43.5g 脂質 52.4g カルシウム 929mg 鉄 7mg 食塩 6.6g	エネルギー 1399kcal 蛋白質 46.3g 脂質 45.3g カルシウム 372mg 鉄 9.2mg 食塩 7g	エネルギー 1393kcal 蛋白質 48g 脂質 30.9g カルシウム 354mg 鉄 7.1mg 食塩 7.2g	エネルギー 1470kcal 蛋白質 45.8g 脂質 46.1g カルシウム 596mg 鉄 5.3mg 食塩 5.6g	エネルギー 1377kcal 蛋白質 52.1g 脂質 41.2g カルシウム 601mg 鉄 6.5mg 食塩 4.6g	エネルギー 1397kcal 蛋白質 34.6g 脂質 48.7g カルシウム 691mg 鉄 5.5mg 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：2025/8/25～2025/8/31

	月	火	水	木	金	土	日
	25	26	27	28	29	30	31
朝食	ミニあんぱん ミニクリームパン リンゴジュース	全粥 かに玉子ロール（ <i>ケチャップ</i> ） 鯛みそ 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	全粥 スクランブルエッグ 梅びしお オレンジジュース	ランチバック（ <i>イチゴジャム&マーガリン</i> ） ミニピーナッツパン 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	ミニピーナッツパン ミニチョコパン コーヒー牛乳
昼食	米飯 味噌汁 豚肉の和風炒め 切干大根と鶏肉の煮物 ミルク寒天のいちごソースかけ	焼きそば やわらかたこ焼き いか焼き風 チョコバナナ りんごジュース	オムライス 野菜スープ コロッケ マンゴーのヨーグルトソースかけ	米飯 清汁 鶏肉のくわ焼き れんこんと豚肉の炒り煮 ポテトサラダ	ハヤシライス ほうれん草のソテー フルーツ缶 ヤクルト	米飯 味噌汁 焼きさばの南蛮漬け 冬瓜の炒め煮 ほうれん草のごまドレサラダ	米飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め 高野豆腐の煮物 小松菜としいたけのピリ辛和え
夕食	米飯 清汁 白身魚の味噌煮 金平ごぼう いんげんのバジルドレサラダ	枝豆ごはん 味噌汁（いりこ風味） 鶏肉の豆鼓蒸し じゃがいもと昆布の煮物 白桃缶のピーチジュレ	米飯 味噌汁 ハンバーグ ひじきと油揚げの煮物 マカロニサラダ	米飯 味噌汁 白身魚の竜田揚げ 大豆と鶏肉の煮物 白菜と大根葉の白ごま和え	米飯 味噌汁（白味噌仕立て） 豚肉の野菜炒め やっこ しろなとツナのパンバンドレサラダ	米飯 味噌汁（いりこ風味） 鶏肉の塩焼き 絹揚げの煮物 フルーツ缶	米飯 味噌汁 シロガネダラのソテー チーズとグリーンピースのミニオムレツ ブロッコリーとコーンのマヨサラダ
3時	手作りみるくまんじゅう（白あん） お茶	ミニ今川焼 ★納涼祭★ お茶	ハッピーターン お茶	手作りあんシュー（いちごあん） お茶	ミニ羊甘ロール お茶	♡喫茶♡	手作り黒糖まんじゅう（こしあん） お茶
	<i>エネルギー</i> 1433kcal 蛋白質 44.8g 脂質 42.1g カルシウム 675mg 鉄 5.4mg 食塩 4.5g	<i>エネルギー</i> 1520kcal 蛋白質 48.3g 脂質 40.1g カルシウム 358mg 鉄 7mg 食塩 7.7g	<i>エネルギー</i> 1415kcal 蛋白質 31.6g 脂質 54.1g カルシウム 449mg 鉄 3.9mg 食塩 7.2g	<i>エネルギー</i> 1455kcal 蛋白質 49.6g 脂質 44.4g カルシウム 438mg 鉄 6.1mg 食塩 5.7g	<i>エネルギー</i> 1392kcal 蛋白質 41.6g 脂質 46.9g カルシウム 528mg 鉄 6.6mg 食塩 5.6g	<i>エネルギー</i> 1447kcal 蛋白質 46.8g 脂質 53.4g カルシウム 711mg 鉄 6.6mg 食塩 5.5g	<i>エネルギー</i> 1453kcal 蛋白質 52.1g 脂質 47.5g カルシウム 798mg 鉄 7.6mg 食塩 4.6g