



週間献立表

	7月1日(月)	7月2日(火)	7月3日(水)	7月4日(木)	7月5日(金)	7月6日(土)	7月7日(日)
朝食	ごはん 一口がんもの煮物 白菜のゆかい和え あみ佃煮 みそ汁	ごはん 納豆 野菜つみれの煮物 赤しその実漬け みそ汁	ごはん 厚揚げの煮物 キャベツのピーナッツ和え ふいかけ みそ汁	ごはん とろつくね ほうれん草のお浸し うめびしお みそ汁	ごはん あんかけ五目玉子 白菜のなめたけ和え えびみそ みそ汁	ごはん ちくわの甘辛煮 温泉卵 ふいかけ みそ汁	食パン ジャム オムレツ ほうれん草のサラダ コーンクリームスープ
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	オレンジジュース
昼食	ごはん 鶏のクリーム煮 キャベツのサラダ パインゼリー コンソメスープ	ごはん たらこの南蛮漬け風 ひじきの煮物 ほうれん草ナムル みそ汁	ご飯 鶏肉のごま味噌焼き なすの含め煮 もやしと菜の花の和え物 お吸い物	ごはん ぶいのバター醤油焼き さつまいもの甘煮 カリフラワーの甘酢漬け みそ汁	ごはん 鮭の粕漬け焼き 蕪のかにあんかけ キャベツのポン酢和え みそ汁	ごはん メンチカツ もやしのソテー マカロニサラダ コンソメスープ	セタそうめん 真丈の生姜あんかけ 竹輪と胡瓜のツナ和え スイカ 
おやつ	バウムクーヘン	塩せんべい	スイスロール モカ	水ようかん	炭酸まんじゅう	チョコパン	ブルーベリーケーキ
夕食	ごはん 白身魚の西京焼き 切干大根の炒め煮 うぐいす豆 マンゴー缶	ごはん 中華風卵焼き じゃがいもの煮物 ザーサイ 白桃缶	ごはん さばの塩焼き 鶏挽とごぼうの旨煮 金時豆 カクテル缶	麦ごはん 豚肉の玉葱ソース炒め 冬瓜の煮物 胡瓜漬け リンゴ缶	ごはん 肉じゃが 小松菜のソテー しぼ漬け バナナ	ごはん 白身魚のみりん焼き レバーとれんこんの旨煮 うずら豆 みかん缶	ごはん チキンソテー 大根の信田煮 青しその実漬け 洋梨缶
エネルギー	1365 Kcal	1377 Kcal	1368 Kcal	1518 Kcal	1340 Kcal	1539 Kcal	1536 Kcal
蛋白質	53.9 g	55.4 g	57.1 g	50.8 g	51 g	57.4 g	49.5 g
塩分	7.1 g	8 g	6.2 g	6.1 g	6.1 g	7.6 g	9.3 g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



週間献立表

	7月8日(月)	7月9日(火)	7月10日(水)	7月11日(木)	7月12日(金)	7月13日(土)	7月14日(日)
朝食	ごはん しらすの卵とじ カリフラワーのおかか和え えびみそ みそ汁	ごはん はんぺんの煮物 白菜の和え物 ふりかけ みそ汁	ごはん 肉詰めいなの煮物 いんげんのお浸し あみ佃煮 みそ汁	ごはん 豆腐バーグの照り焼き キャベツのごまマヨ和え たいみそ みそ汁	ごはん 納豆 豚肉と大根の炒め煮 胡瓜漬け みそ汁	食パン ジャム スクランブルエッグ イタリアンサラダ クリームポタージュ	ごはん 高野豆腐の含め煮 ほうれん草の白和え ふりかけ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん ビーフシチュー グリーンサラダ ヨーグルト コンソメスープ	ごはん あじの香味焼き 小松菜の煮浸し ポテトサラダ みそ汁	ごはん 鶏肉の照り焼き 冬瓜の煮物 春雨サラダ みそ汁	ごはん 千草焼き ひじきの煮物 白菜の中華和え みそ汁	ごはん ぶりの葱塩焼き きざみ昆布の炒り煮 もやしのゆかり和え みそ汁	ごはん タンドリーチキン じゃが芋の煮物 白菜の和え物 コンソメスープ	ごはん 白身魚の揚げ浸し風 青梗菜のソテー いんげんのごま和え お吸い物
おやつ	手作り抹茶蒸しパン	あんぱん	カスタードケーキ	バンケーキ黒糖	そば饅頭	チョコドーナツ	マンゴープリン
夕食	ごはん 揚げ豆腐の野菜あん 青梗菜の炒め物 昆布佃煮 いんご缶	ごはん ベーコンのキッシュ フロッキーの炒め物 白花豆 マンゴー缶	ごはん さばの味噌煮 きんぴらごぼう 桜大根 バナナ	ごはん 豚肉の甘辛炒め ポテトサラダ 赤しその実漬け 白桃缶	ごはん 牛肉コロッケ かぶの洋風煮 きゅうぶき 洋梨缶	ごはん 鮭の漬け焼き なすとピーマンの炒め物 うぐいす豆 黄桃缶	ごはん ポークチャップ もやしのソテー 大豆と金時豆の煮物 みかん缶
エネルギー	1569 Kcal	1452 Kcal	1371 Kcal	1627 Kcal	1391 Kcal	1535 Kcal	1451 Kcal
蛋白質	60.8 g	56.1 g	54.2 g	54.6 g	49.3 g	60.5 g	52.5 g
塩分	7.8 g	6.7 g	8.1 g	7.9 g	8.6 g	7 g	6.3 g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。

埼玉さくらんぼ | II 番館

🌴🏖️🌴🏖️🌴🏖️ 週間献立表 🌴🏖️🌴🏖️🌴🏖️🌴🏖️🌴🏖️🌴🏖️🌴🏖️🌴🏖️

	7月15日(月)	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)	7月20日(土)	7月21日(日)
朝食	ごはん はんぺんチーズのせ焼き 白菜とちくわの和え物 梅干し みそ汁	ごはん 炒り豆腐 オクラのおかか和え ふいかけ みそ汁	ごはん 厚焼き卵 キャベツの和風和え えびみそ みそ汁	ごはん 豆腐のそぼろかけ ほうれん草のお浸し ふいかけ みそ汁	食パン ジャム オムレツ フロッキーのドレッシング和え オニオンスープ	ごはん 厚揚げの治部煮 いんげんの炒め物 うめびしお みそ汁	ごはん 肉詰めいなしの煮物 白菜のお浸し たいみそ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	カフェオレ	牛乳	牛乳
昼食	ごはん ミートローフ ジャーマンポテト フロッキーサラダ コンソメスープ	ごはん あじのみりん焼き かぶのあんかけ ほうれん草の辛子和え みそ汁	ごはん 鶏肉のケチャップ焼き もやしのカレーソテー 揚げなすのドレッシングかけ コンソメスープ	麦ごはん さほの生姜煮 里芋の煮物 白菜のピーナッツ和え みそ汁	冷やしそば はんぺん磯部揚げ 鶏肉と大根の煮物 ヨーグルト	ごはん 白身魚のマスタード焼き キャベツのソテー 大根サラダ みそ汁	ごはん 鶏肉の塩麹焼き ひじきの煮物 ほうれん草の和え物 みそ汁
おやつ	人形焼き	マドレーヌ	黒糖饅頭	レモンケーキ	酒饅頭	杏仁豆腐	クリームパン
夕食	ごはん ぶりの七味焼き れんこんきんぴら うずら豆 パイン缶	ごはん 回鍋肉 冬瓜の中華煮 高菜漬け りんご缶	ごはん たらこのポン酢かけ 小松菜のソテー うぐいす豆 カクテル缶	ごはん 豚肉の葱塩炒め 春雨サラダ きゃらぶき バナナ	ごはん 鮭のタルタル焼き ごぼうの旨煮 金時豆 マンゴー缶	ごはん 豚肉の味噌炒め かぼちゃの煮物 胡瓜漬け みかん缶	ごはん かに玉 焼きビーフン ザーサイ 洋梨缶
エネルギー	1486 Kcal	1425 Kcal	1422 Kcal	1473 Kcal	1430 Kcal	1493 Kcal	1356 Kcal
蛋白質	59.8 g	53.7 g	55.4 g	53.5 g	51.2 g	51.6 g	53.7 g
塩分	6.8 g	7.2 g	6.8 g	7.5 g	7.1 g	6.9 g	7.8 g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



週間献立表

	7月22日(月)	7月23日(火)	7月24日(水)	7月25日(木)	7月26日(金)	7月27日(土)	7月28日(日)
朝食	ごはん じゃが芋のとほろ煮 白菜のゆかり和え のり佃煮 みそ汁	ごはん 野菜つみれの煮物 キャベツの和え物 ふいかけ みそ汁	ごはん 納豆 小松菜とさつま揚げの煮浸し 沢庵 みそ汁	ごはん がんもの煮物 ほうれん草の磯和え ふいかけ みそ汁	ごはん といつくね 長芋とろろ しば漬け みそ汁	食パン ジャム ウインナーと白菜のコンソメ煮 キャベツの和え物 パンフキンスープ	ごはん かにかま卵とじ カリフラワーサラダ えびみそ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 白身魚のカレー風味焼き カリフラワーの洋風煮 春雨サラダ みそ汁	ごはん チキンステーキ もやしのソテー ポテトサラダ コンソメスープ	うなぎ丼 なすとピーマンの炒め物 スイカ すまし汁 	ごはん 夏野菜カレー フレンチサラダ 福神漬け ジョア	ごはん 鮭のムニエル なすの含め煮 ほうれん草のお浸し みそ汁	海老ピラフ 野菜コロッケ マカロニサラダ コンソメスープ	ごはん たらこの香り揚げ いんげんのごま和え 冷奴 みそ汁
おやつ	スイスロール いちご	手作りココア蒸しパン	水まんじゅう	練り切り	メロンムース	醤油せんべい	抹茶パンケーキ
夕食	ごはん 豚肉のごま味噌炒め 冬瓜の吉野あん 赤しその実漬け みかん缶	ごはん あじの漬け焼き かぶの土佐煮 白花豆 カクテル缶	ごはん ハンバーグトマトソースかけ 青梗菜のソテー 桜大根 黄桃缶	ごはん さばの西京焼き 切り干し大根の煮物 大豆と金時豆の甘煮 バナナ	ごはん 和風卵焼き 里芋の煮物 うぐいす豆 みかん缶	ごはん ぶりの照り焼き 肉じゃが 胡瓜漬け 洋梨缶	ごはん 鶏肉の玉葱ソース なすの煮浸し 青しその実漬け マンゴー缶
エネルギー	1484 Kcal	1400 Kcal	1434 Kcal	1461 Kcal	1351 Kcal	1610 Kcal	1417 Kcal
蛋白質	50.2 g	55.2 g	52.7 g	57.2 g	58 g	55.7 g	57.5 g
塩分	8.2 g	7 g	6.5 g	6.3 g	7.2 g	9.7 g	7 g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



週間献立表

	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)				
朝食	ごはん さつまいも揚げとピーマンの炒め煮 ほうれん草の和え物 ゆずみそ みそ汁	ごはん ツナとじゃが芋の煮物 キャベツの和え物 ふいかけ みそ汁	ごはん 厚焼き卵 白菜の和え物 えびみそ みそ汁	ごはん	ごはん	食パン	ごはん
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	豚丼 小松菜と卵の炒め物 花野菜マリネ みそ汁	ごはん 鮭の塩焼き なすの含め煮 もやしのおかか和え お吸い物	ごはん 鶏肉のみそ漬け焼き 春雨の炒め物 ほうれん草のからし和え お吸い物	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
おやつ	プリン	ずんだとら焼き	セレクト				
夕食	ごはん あじの梅肉焼き 冬瓜のくず煮 金時豆 パイン缶	ごはん 肉豆腐 れんこんの塩麹炒め 高菜漬け りんご缶	ごはん さばのさっぱり焼き ちくわと里芋の煮物 沢庵 マンゴー缶	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
エネルギー	1477 Kcal	1417 Kcal	1431 Kcal				
蛋白質	55.8 g	55.6 g	58 g	g	g	g	g
塩分	7.5 g	7.2 g	7.5 g	g	g	g	g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。