

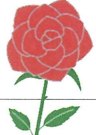
週間献立予定表

2025年06月01日(日)~2025年06月07日(土)

サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
6/1 (日)	豚肉のみそ焼き 大根のポン酢醤油煮 漬物 御飯 すまし汁 牛乳	白身魚のしそ風味焼き 茄子の揚げ浸し 胡麻豆腐 フルーツ 御飯 豆腐と絹さやの清汁	おしろこ風 	高野豆腐と野菜の煮物 豚肉とさつま揚げピリ辛炒め もやしとメンマの和え物 御飯 スープ
	515Kcal	458Kcal 	96Kcal	588Kcal
6/2 (月)	ピーマンと牛肉の炒め 生揚げと野菜の煮物 漬物 味噌汁 中華風味 牛乳	☆開港記念日 牛肉すき焼き しゅうまい 筍とわかめの煮物 五目玉子焼き フルーツ ご飯・味噌汁	デザートムース  YOKOHAMA	鰯と野菜中華炒め 焼餃子 中華サラダ 御飯 ホタテ風味スープ
	471Kcal 	583Kcal	36Kcal	520Kcal
6/3 (火)	さばの文化干し つくねの煮物 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	かき玉うどん 厚揚げの炒め 長芋の酢の物 フルーツ 	ケーキ	豚肉のスタミナ炒め 豆腐と海老 野菜の蒸し物 グリーンサラダ 御飯 すまし汁 
	552Kcal	539Kcal	50Kcal	522Kcal
6/4 (水)	海老ボールのコンソメ煮 キャベツとひき肉の炒め フレンチトースト トマトスープ リンゴジュース	豚肉の唐揚げ甘酢かけ 蒸野菜の胡麻風味 ささみと胡瓜の梅和え フルーツ 御飯 味噌汁	たいやき	鮭の南部焼き 鶏肉と野菜の田舎煮 鶏みとろろ芋 御飯 味噌汁
	457Kcal 	620Kcal	70Kcal	460Kcal
6/5 (木)	肉野菜炒め 五目厚焼き 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	海老玉丼 大根の蟹風味あんかけ 豆腐のサラダ フルーツ はるさめスープ	シュークリーム 	鰯のトマトスープ煮 シャーマンポテト かぶと茸のマリネ 御飯 コンソメスープ(青梗菜・Jソ)
	529Kcal	478Kcal	47Kcal	432Kcal
6/6 (金)	鰯の生姜煮 長葱と茄子生姜炒め 納豆 御飯 味噌汁 牛乳	茹で豚おろしぼん酢 白菜とツナのオイスターソース炒め ブロッコリーのおかか和え フルーツ グリーンピースご飯 味噌汁	コーヒーゼリー	豆腐と根菜油淋ソース炒め さつま揚げと小松菜の煮物 海老と胡瓜の酢味噌かけ 御飯 卵スープ
	563Kcal	531Kcal	79Kcal	548Kcal
6/7 (土)	茸と野菜のソテー ウィンナーと野菜の煮物 ヨーグルト パン クラムチャウダー 野菜ジュース	あんかけ焼きそば シュウマイ ナムル フルーツ 中華コーンスープ	ぼたぼた焼き	豚肉の角煮 白菜と車麩の炒め えのきと梅ザーサイ和え 御飯 けんちん汁
	548Kcal	612Kcal 	57Kcal	588Kcal

週間献立予定表

2025年06月08日 (日)～2025年06月14日 (土)

サニーステージ星川

常食



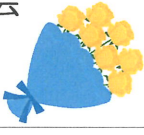
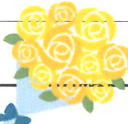
日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
6/8 (日)	肉詰め稲荷 キャベツとしらすの炒め オクラのおかか和え 御飯 味噌汁 牛乳 468Kcal	鶏と野菜の甘酢炒め 筍の土佐煮 パンプキンサラダ フルーツ 御飯 わかめスープ 538Kcal	わらび餅 100Kcal	干草焼きおろし添え じゃが芋と挽肉の炒め 海藻サラダ 梅菜めし 味噌汁 524Kcal
6/9 (月)	白菜とソーセージのソテー 里芋の煮物 昆布の佃煮 鶏と野菜雑炊 味噌汁 牛乳 471Kcal	ポークソテーオニオンソース 卵と木耳の炒め物 ブロッコリーのツナ和え フルーツ ご飯 豆乳と野菜のスープ 645Kcal	チョコババロア 91Kcal	鯖の味噌煮 茄子とはんぺん炒め キャベツのホタテ風味和え 御飯 すまし汁 450Kcal
6/10 (火)	ほっけみりん焼き 豚肉と白菜の煮物 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 524Kcal	きつねそば 竹輪の磯部揚げ 茸と蒸し鶏の酢の物 フルーツ おにぎり 671Kcal	ケーキ 50Kcal	鶏肉のオイスター炒め キャベツの中華炒め 棒々鶏風サラダ 御飯 すまし汁 472Kcal
6/11 (水)	ウインナーと野菜のトマト煮 カリフラワーガーリックソテー マカロニサラダ ロールサンド かぼちゃのポタージュ カルピス 674Kcal	アジの磯辺揚げ シュウマイ きゅうりのカニカマ中華和え フルーツ 御飯 はるさめスープ 527Kcal	たいやき 70Kcal	鶏つくね照り焼き 南瓜の煮物 冷奴 御飯 二つとあさりスープ 547Kcal
6/12 (木)	蓮根と厚揚げの煮物 厚揚げ卵 胡瓜とザーサイ和え 御飯 味噌汁 牛乳 567Kcal	豚肉の生姜焼き丼 冬瓜の海老あんかけ ブロッコリーと豆のサラダ フルーツ 海苔ときのこのスープ 610Kcal	ヨーグルトケーキ 63Kcal	大根のおでん風煮 鶏肉とキャベツの炒め 竹輪と水菜の和え物 御飯 すまし汁 395Kcal
6/13 (金)	ハムエッグ 白菜と厚揚げの炒め 納豆 御飯 味噌汁 牛乳 539Kcal	筑前煮 もやしときくらげの炒め物 キャベツの昆布え フルーツ 人参ひじきごはん すまし汁 513Kcal	ココアプリン 75Kcal	白身魚の野菜味噌炒め添え 車麩と野菜の煮物 かぶの酢の物 御飯 味噌汁 460Kcal
6/14 (土)	ひき肉と野菜のソテー スクランブルエッグ フルーツ パン ミネストローネ (マカロニ入り) リンゴジュース 552Kcal	鶏ささ身の梅風味スパゲティ 冬瓜のクリーム煮 そら豆のサラダ フルーツ コンソメスープ 503Kcal	黒棒 61Kcal	家常豆腐 ゴーヤの炒め物 小松菜のピーナツ和え 御飯 味噌汁 601Kcal

週間献立予定表

2025年06月15日(日)～2025年06月21日(土)
サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
6/15 (日)	魚河岸揚げ煮物 豚肉とメンマの炒め物 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 	☆父の日 牛肉丼 卵ときくらげの炒め物 胡瓜としらすの酢の物 あさりの赤だし コーヒーゼリー	お誕生日会 甘酒 	ホキのキノコ蒸し 小松菜とベーコン炒め かぼちゃのサラダ わかめご飯 味噌汁
	540Kcal	717Kcal	76Kcal	481Kcal
6/16 (月)	竹輪と野菜の塩炒め 昆布と油揚げの煮付 漬物 梅粥 味噌汁 牛乳	和風おろしハンバーグ 揚げだし豆腐 ほうれん草の白和え フルーツ ご飯・味噌汁 すまし汁	デザートムース	ぶり大根 もやし卵とし 蒸し鶏のマスタードマヨ和え 御飯 味噌汁 
	429Kcal	562Kcal	44Kcal	544Kcal
6/17 (火)	鶏肉の山椒焼き 若竹煮 とろろ 御飯 味噌汁 牛乳 	山菜うどん にら玉炒め なます フルーツ	ロールケーキ 	魚のソテーバター醤油ソース かぼちゃと玉ねぎの蒸し物 ビーンズサラダ 御飯 コンソメスープ
	529Kcal	401Kcal	99Kcal	453Kcal
6/18 (水)	フレーンオムレツ ツナと白菜のソテー ホットロール オニオングラタンスープ 野菜ジュース	鮭のフライタルタルソース カリフラワーのソテー いかと玉ねぎのマリネ フルーツ 御飯 味噌汁	小倉まんじゅう 	豚肉のねぎ塩焼き さつま揚げと青菜の煮 胡麻豆腐 御飯 中華スープ
	507Kcal	666Kcal	102Kcal	530Kcal
6/19 (木)	じゃが芋とツナ炒め 大根の煮物 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	チキンカレー 茸と玉ねぎのレモン風味煮 コールスローサラダ フルーツ コンソメスープ 	ワッフル	鰯の醤油煮 人参シリシリ 干草和え 御飯 味噌汁 
	485Kcal	558Kcal	80Kcal	505Kcal
6/20 (金)	厚揚げ煮合わせ 竹輪と野菜の炒め 納豆 御飯 すまし汁(豆腐・万ねぎ)	麻婆茄子 じゃが芋とコーン炒め いんげんと油揚げの中華和え物 フルーツ 中華風味菜飯 中華スープ	いちごゼリー 	ボークビーンズ 茄子とエリンギのワイン蒸し きゃべつの胡麻酢和え 御飯 コンソメスープ
	472Kcal	470Kcal	57Kcal	494Kcal
6/21 (土)	ウィンナーソテー 大根のコンソメ煮 洋梨のヨーグルトかけ トマトと卵のスープ パン カルピス 	シーフード焼きうどん コロッケ れんこんのずんだ和え フルーツ	ハッピーターン	肉団子甘酢あんかけ いんげんとコーンのソテー ほうれん草と竹輪わさび和え 御飯 味噌汁
	492Kcal	541Kcal	61Kcal	481Kcal

週間献立予定表

2025年06月22日(日)～2025年06月28日(土)

サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
6/22 (日)	車麩の卵とし 青梗菜とツナのソテー 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 483Kcal	チンジャオロースー 魚介のうま煮 春雨サラダ フルーツ 御飯 卵スープ 611Kcal	芋ぜんざい 88Kcal	白菜と豚肉の重ね蒸し 焼きビーフン ミモザサラダ ゆかりごはん 味噌汁 552Kcal
6/23 (月)	さつま揚げと白菜炒め煮 きんちゃく煮 のりつく しらす雑炊 味噌汁 牛乳 515Kcal	チキンソテーマスタードクリームソース インゲンのソテー 大根とセロリのマリネ フルーツ ご飯 野菜のカレー風味スープ 584Kcal	抹茶ババロア 109Kcal	豆腐ハンバーグ(豚) 根菜きんぴら 白滝真砂和え 御飯 味噌汁 526Kcal
6/24 (火)	鰯の塩焼き 豆腐のホタテ風味あんかけ 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 481Kcal	山菜とろろそば 茄子と鶏肉の煮物 かにかまと玉ねぎサラダ フルーツ 稲荷 701Kcal	ケーキ 52Kcal	豚肉の塩炒め 蒸野菜の胡麻ポン酢かけ 大根サラダ 御飯 中華スープ 435Kcal
6/25 (水)	ミートボールケチャップ煮 じゃが芋とベーコンのソテー スパゲティサラダ サンドイッチ コーンポタージュ リンゴジュース 605Kcal	油淋鶏 海老ニラ饅頭 カリフラワーの明太子和え フルーツ 御飯 味噌汁 598Kcal	今川焼き 80Kcal	魚のカレームニエル さつま芋のレモン煮 ごぼうサラダ 御飯 すまし汁 548Kcal
6/26 (木)	車麩と豆腐の煮物 いり卵 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 540Kcal	みそたれカツ丼 茄子とエリンギのオイスターソース煮 チョレギサラダ フルーツ もやしのスープ 555Kcal	ドームケーキ 118Kcal	鶏肉と野菜のポン酢煮 ピーマンとエリンギの塩炒め 小松菜とツナの和え物 御飯 味噌汁 480Kcal
6/27 (金)	さばの塩焼き 青梗菜とエリンギ炒め 納豆 御飯 味噌汁 牛乳 597Kcal	かに玉 高菜と切干の炒め 貝割れと長芋の和え物 フルーツ 生姜ご飯 すまし汁 646Kcal	マンゴープリン 98Kcal	チキンソテーオニオンソース かぶとベーコンの煮物 オクラのポン酢和え 御飯 コンソメスープ 492Kcal
6/28 (土)	スクランブルエッグとウインナー ラタトゥイユ オレンジゼリー パン コンソメスープ 野菜ジュース 565Kcal	冷し中華 春巻 中華奴 フルーツ 575Kcal	サラダせんべい 70Kcal	鰯の蒲焼梅風味 豚肉とピーマンのソテー きゅうりとえのきの和え物 御飯 味噌汁 490Kcal

週間献立予定表

2025年06月29日 (日)～2025年07月05日 (土)

サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
6/29 (日)	茸と鰯のおろし煮 肉ソーセージ炒め 魚漬物 御飯 味噌汁 牛乳  484Kcal	海鮮炒め えびいり餃子 水菜と大根サラダ フルーツ 御飯 中華スープ 505Kcal	水羊羹 61Kcal	豚角煮と大根煮物 フォーちゃんフルー 豆もやしナムル 菜めし 味噌汁 622Kcal
6/30 (月)	肉団子の甘辛煮 春菊のなめたけ和え 漬物 たまご野菜雑炊 味噌汁 牛乳 442Kcal	鰯のカレー風味 インゲンとこんにゃくの炒め物 マカロニサラダ フルーツ ご飯・味噌汁 フルーツ 621Kcal	デザートムース  50Kcal	ガーリックバターチキン 白菜のクリーム煮 ブロッコリーとチーズのマスタードサラダ 御飯 コンソメスープ 595Kcal

