

週間献立予定表

2026年04月26日(日)～2026年05月02日(土)
サニーステージ星川

常食



5/1 (金)	厚揚げの炒め煮 納豆 御飯 味噌汁 牛乳	ポークソテー和風ソース 里芋と麩の煮物 ひじきとオクラの和え物 ゼリー 御飯 味噌汁	さつまいも饅頭	白身魚のチリソース 白菜とあさりの煮物 小松菜の中華風 御飯 わかめスープ
	552kcal	616kcal	104kcal	424kcal
5/2 (土)	ピーマンとじゃが芋のカレー炒め ヨーグルト パン ミネストローネ 牛乳	ちゃんぽん 揚げシューマイ 小松菜とじゃこの和え物 フルーツ	コーヒーゼリー	豚肉の柳川風 レンコンの炒めなます ブロッコリーの和えもの 御飯 すまし汁
	515kcal	494kcal	97kcal	524kcal

週間献立予定表

2026年05月03日(日)～2026年05月09日(土)

サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
5/3 (日)	魚河岸揚煮物 小松菜と油揚げの炒め 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 561kcal	酢豚 じゃが芋のゴマ和え 春雨サラダ あんまん 御飯 きのこスープ 637kcal	ドームケーキ 118kcal 	白身魚のみぞれ煮 玉ねぎとピーマンの味噌炒め キャベツの生姜和え 御飯 すまし汁 450kcal
5/4 (月)	豚肉と大根の炒め物 漬物 梅しらす雑炊 味噌汁 牛乳 462kcal	たぬきそば 揚げ出し豆腐 しめじとインゲンの和え物 ムース 470kcal 	おしるこ 120kcal	鶏肉の柚庵焼き つの花炒め 菜の花と竹輪のサラダ 御飯 豚汁 580kcal
5/5 (火)	蕪と厚揚げの煮物 とろろ芋 御飯 味噌汁 牛乳 448kcal	【おにぎりランチ】 6種のおかずプレート 味噌汁 フルーツ 748kcal	柏餅 81kcal 	豚肉と野菜のオイスター炒め キャベツと浅利の中華蒸し れんこんサラダ 御飯 かぎ玉汁 477kcal
5/6 (水)	ウィンナーと野菜の煮込み ごぼうサラダ パン コンソメスープ カルピス 498kcal	蒸し魚のタルタルソース さつま揚げとキャベツの炒め もやしと人参のナムル フルーツ 御飯 味噌汁 503kcal 	マロンババロア 120kcal	鶏肉の南部焼き さつまいものレモン煮 卵豆腐 御飯 すまし汁 538kcal
5/7 (木)	大根とがんもの煮物 菜の花の磯和え 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 520kcal	ビーフカレー グリーンサラダ ムース ベーコンと野菜の豆乳スープ 482kcal	ヨーグルトケーキ 63kcal	鱈の味噌野菜焼き じゃが芋のそぼろ煮 きのこの胡麻和え 御飯 味噌汁 536kcal
5/8 (金)	エビ団子とじゃがいもと煮物 納豆 御飯 味噌汁 牛乳 490kcal	カレイきのこあんかけ 蓮と人参の炒め煮 水菜のおろし和え ゼリー そら豆としらすのごはん すまし汁 541kcal	チョコレート饅頭 80kcal	筑前煮 いんげんと玉葱のソテー ハムの和え物 御飯 すまし汁 499kcal
5/9 (土)	ほうれん草とベーコンの卵とじ ヨーグルト パン マカロニスープ リンゴジュース 539kcal	とんこつラーメン 春巻き 中華風サラダ フルーツ 472kcal	抹茶ゼリー (黒蜜添え) 93kcal 	鶏肉と高野豆腐の煮物 カリフラワーのおかか炒め ほうれん草のくるみ和え 御飯 味噌汁 514kcal

週間献立予定表

2026年05月10日(日)～2026年05月16日(土)

サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
5/10 (日)	厚揚げと豚肉の煮物 エリンギと椎茸の炒め 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	グラタン かぼちゃのサラダ フルーツヨーグルト ロールパン キャベツのカレースープ煮	クリームコンフェ	鱈の野菜あんかけ こんにゃくのきんぴら 大根の梅肉サラダ 御飯 味噌汁
	543kcal	597kcal	80kcal	394kcal
5/11 (月)	さつま揚げと白菜の炒り煮 漬物 鮭と大根粥 味噌汁 牛乳	チーズハンバーグ デミグラスソース 茄子の揚げびたし ほうれん草の白和え フルーチェ 御飯 すまし汁	和のパンケーキ	肉じゃが キャベツのソテー 春菊のピーナッツ和え 御飯 味噌汁
	435kcal	550kcal	62kcal	519kcal
5/12 (火)	鶏と野菜の胡麻風味炒め はんぺんサラダ 煮豆 御飯 味噌汁 牛乳	肉うどん 五目卵の花 かにと胡瓜の酢の物 ゼリー	ロールケーキ	サーモンソテー トマトソース 温野菜 さつま芋のサラダ 御飯 コンソメスープ
	643kcal	491kcal	99kcal	469kcal
5/13 (水)	ミートオムレツ コーンサラダ パン クラムチャウダー りんごジュース	白身魚フライとエビフライ 豆腐のきのこあんかけ 春菊の胡麻和え フルーツ 御飯 味噌汁	かぼちゃババロア	麻婆茄子 中華風炒り卵 切干大根のナムル 御飯 中華スープ
	474kcal	580kcal	117kcal	509kcal
5/14 (木)	じゃが芋のベーコン炒め 冬瓜の含め煮 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	ロコモコ丼 ズッキーニのソテー フルーチェ クリームスープ	エクレア	豚肉と大根の甘辛煮 ふきの金平 ツナサラダ 御飯 味噌汁
	479kcal	555kcal	90kcal	504kcal
5/15 (金)	キャベツとさつま揚げの煮浸し 納豆 御飯 すまし汁 牛乳	豚肉の中華風煮込み きくらげと卵の炒め物 もやしとほうれん草の中華和え マンゴープリン 御飯 中華スープ	誕生日ケーキ	ミートローフ キノコの炒め物 人参のチーズ和え 御飯 いんげんのスープ
	443kcal	615kcal	70kcal	539kcal
5/16 (土)	ポトフイナ-と野菜のソテー ヨーグルト コンソメスープ パン カルピス	たらこスパゲティー 南瓜コロッケ キャベツとチーズの和風サラダ フルーツ コーンスープ	ピーチゼリー	白身魚のパン粉焼き 水餃子 もやしと胡瓜の和え物 御飯 味噌汁
	456kcal	547kcal	79kcal	515kcal

週間献立予定表

2026年05月17日(日)～2026年05月23日(土)

サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
5/17 (日)	はんぺん入り野菜炒め 里芋の煮物 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 	豆腐と豚肉の中華煮 なすの揚げ煮 春雨サラダ 桃まんじゅう 御飯 中華スープ	シベリア	鯖のカレー風味焼き ごぼうと大豆のソテー ブロッコリーのサラダ 御飯 コンソメスープ
	499kcal	602kcal	79kcal	519kcal
5/18 (月)	塩肉じゃが 漬物 なめたけ粥 味噌汁 牛乳	タラのピカタ ブロッコリーときのこのソテー カラフルサラダ ムース 御飯 野菜スープ	人形焼き 	鶏肉の南部焼 茄子と桜海老の炒め物 ミモザサラダ 御飯 味噌汁
	456kcal	482kcal	78kcal	550kcal
5/19 (火)	じゃが芋のベーコン炒め 厚揚げの煮物 煮豆 御飯 味噌汁 牛乳 	とり天そば かぶの煮物 わかめのサラダ ゼリー	バイクドスフレチーズケーキ	豚肉と春野菜の炒め物 白菜とあさりの煮物 春菊のピーナツ和え 御飯 中華スープ
	605kcal	547kcal	55kcal	465kcal
5/20 (水)	キャベツとウインナーのスープ煮 ポテトサラダ 食パン コンソメスープ リンゴジュース	鶏ささみのチーズフライ 海鮮しゅうまい 菜の花ときのこのマリネ フルーツ 御飯 味噌汁	ヨーグルトナバリア ブルーベリーソース 	さわらのマヨネーズ焼 中華ポト 春雨サラダ 御飯 すまし汁
	501kcal	578kcal	84kcal	609kcal
5/21 (木)	高野豆腐の煮物 野菜とハム炒め 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 	三色丼 じゃが芋とがんもの煮物 ムース 卵豆腐としめじの清汁	ハッピーターン	豚肉と根菜のごま風味煮物 ビーフンソテー インゲンと油揚げの胡麻ドレ和え 御飯 味噌汁
	486kcal	505kcal	41kcal	586kcal
5/22 (金)	竹の子と菜の花の煮物 納豆 御飯 味噌汁 牛乳	親子煮 ピーマンと春雨の中華風炒め 空豆とキャベツのドレッシング和え ゼリー 御飯 すまし汁	黒糖まんじゅう 	ボークソテー じゃが芋のクリーム煮 大根のサラダ 御飯 コンソメスープ
	437kcal	600kcal	81kcal	526kcal
5/23 (土)	ミートオムレツ なすとピーマンのソテー パン コンソメスープ 野菜ジュース 	担々麺 春巻き カリフラワーの中華和え フルーツ	コーヒーゼリー	あじの南蛮漬け 豚肉とキャベツの味噌炒め 青菜えのきの青しそ和え 御飯 味噌汁
	436kcal	646kcal	87kcal	548kcal

週間献立予定表

2026年05月24日(日)～2026年05月30日(土)

サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
5/24 (日)	生揚げと野菜の煮物 卵ときくらげの炒め物 佃煮 御飯 味噌汁 牛乳 	ロールキャベツのトマトクリーム煮 白身魚のフライ ごぼうサラダ キャラメルどら焼き 御飯 コンソメスープ	スイスロール	さわらの辛味野菜蒸し さつま揚げの炒め煮 小松菜と椎茸の辛子和え 御飯 味噌汁 
	625kcal	549kcal	99kcal	497kcal
5/25 (月)	じゃが芋とベーコンのソテー 漬物 鶏雑炊 味噌汁 牛乳	茄子とトマトのミートグラタン ほうれん草とコーンのソテー ムース パン ベジタブルスープ 	今川焼き	蒸し鶏の葱ソースかけ もやしと海老の炒め物 大根のフレンチドレッシング 御飯 コンソメスープ
	378kcal	465kcal	102kcal	548kcal
5/26 (火)	豚肉と野菜の山椒炒め 小松菜の煮浸し 煮豆 御飯 味噌汁 牛乳	関西風うどん 里芋のそぼろ煮 ブロックリーの胡麻醬油和え ゼリー	おからケーキ 	鱈の甘酢あん かにシュウマイ ピニンズサラダ 御飯 はるさめスープ
	559kcal	497kcal	100kcal	532kcal
5/27 (水)	大豆とベーコンの洋風煮 かぼちゃのサラダ パン コンソメスープ リンゴジュース 	鯖のカレー竜田揚げ 蒸野菜の胡麻味噌かけ 蒸し鶏と胡瓜のみぞれ和え フルーツ 御飯 味噌汁	いちごババロア	鶏肉のハニーマスタードソース 青梗菜とツナのソテー にんじんとレーズンサラダ 御飯 野菜スープ
	528kcal	595kcal	109kcal	492kcal
5/28 (木)	つくねの煮物 ピーマンと豆腐の炒め物 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	タコライス メンチカツ ムース コンソメスープ	クレープ 	メバルの中華あんかけ きのこのオイスターソース炒め 水菜のなめたけ和え 御飯 味噌汁
	529kcal	626kcal	92kcal	439kcal
5/29 (金)	れんこん金平 納豆 御飯 味噌汁 牛乳 	白身魚のしそ風味焼き きくらげと卵の中華炒め ザーサイ入り春雨サラダ 杏仁豆腐 ツナ入り炊き込みごはん すまし汁	紅葉饅頭	大根と厚揚げのかにあんかけ 里芋の煮物 山菜の和風和え 御飯 味噌汁
	505kcal	528kcal	134kcal	408kcal
5/30 (土)	ツナとキャベツのソテー ブルーベリーヨーグルト パン コンソメスープ カルピス	醤油野菜ラーメン 焼き餃子 中華くらげサラダ フルーツ	紅茶ゼリー 	鶏肉の酒蒸し 切干大根の甘酢漬け 一口がんもの煮物 御飯 かき玉汁
	447kcal	510kcal	38kcal	529kcal

週間献立予定表

2026年05月31日 (日)
サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
5/31 (日)	豚肉のみそ炒め 大根のボン酢醤油煮 佃煮 御飯 すまし汁 牛乳	赤魚の粕漬け 茄子の揚げ浸し 冷奴 フルーツ 御飯 味噌汁	カステラ	高野豆腐と野菜の煮物 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
	509kcal	467kcal	116kcal	478kcal

