

令和8年1月

ショートステイ週間献立表

(株)刈谷ケアサービス さくら

SAKURA さくら	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
				1日	2日	3日	4日
朝食				*昆布巻き *てまり湯葉 *梅干し *ご飯 *雑煮風汁物 (しょうゆ味)	*鶏の2色巻き *紅白酢漬け *黒豆煮 *ご飯 *雑煮風汁物 (白味噌味)	*筑前煮 *紅白かまぼこ *梅干し *ご飯 *雑煮風汁物 (しょうゆ味)	*だし巻き玉子 *ごぼうサラダ *漬け物 *ご飯 *味噌汁
昼食					* 散らし寿司 * 煮物の盛り合せ * ガリ * フルーツ * 味噌汁	* 開きエビフライ * めかぶと 数の子の和え物 * ごま豆腐 * ご飯 * 味噌汁	* 鰯の 五目あんかけ * インゲンの 胡桃和え * フルーツ * ご飯 * 味噌汁
おやつ				和菓子(鯛の幸) フルーツ	さくらくずもち フルーツ	和菓子(祝い華) フルーツ	きなこおはぎ
夕食				* ホッケの塩焼き * たまごシェル マカロニサラダ * おからの煮物 * ご飯 * 味噌汁	* 肉じゃが煮 * 菜の花の和え物 * ご飯 * 味噌汁	* 鶏の治部煮風 * 野菜炒め * ご飯 * 味噌汁	* 鶏肉の 塩ダレ炒め * 茄子とあさりの わさび和え * ご飯 * 味噌汁
一日分 カロリー				1453kcal	1281kcal	1265kcal	1268kcal

※ここに記載されているカロリー表記は常食の数値です

* 材料の仕入れの状況により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください

ショートステイ週間献立表

令和8年1月

(株)刈谷ケアサービス さくら

SAKURA	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
朝食	<ul style="list-style-type: none"> *お魚ハンバーグ *オクラとモロヘイヤのめかぶ和え *佃煮 *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *白菜と干しエビの煮物 *カニカマのマヨネーズサラダ *たまご豆腐 *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *お魚揚げと冬瓜の煮物 *玉ねぎスライス *ヨーグルト *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *鯖の照焼き *なめたけおろし *金時豆 *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *大根と竹輪の味噌かけ *ほうれん草のおかか和え *梅干し *ご飯 *吸い物 	<ul style="list-style-type: none"> *炒り卵 *キャベツとツナのサラダ *佃煮 *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *アジの塩焼き *五目煮豆 *ゼリー *ご飯 *味噌汁
昼食	<ul style="list-style-type: none"> *けんちんうどん *舞茸と南瓜の天ぷら *もずくと胡瓜の酢の物 *漬け物 *小盛ご飯 	<ul style="list-style-type: none"> *エビとポテトのクリーム煮 *コールスローサラダ *漬け物 *ご飯 *コンソメスープ 	<ul style="list-style-type: none"> *七草粥 *ぶりの煮付け *漬け物 *豆の甘煮 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *鶏団子のちゃんこ煮 *五色生酢 *フルーツ *ご飯 *かきたま汁 	<ul style="list-style-type: none"> *メンチカツ *豆腐ステーキ風 *白菜の青じそ和え *ご飯 *かきたま汁 	<ul style="list-style-type: none"> *太刀魚の梅味噌焼き *白滝の煮物 *とろろ芋 *麦飯 *吸い物 	<ul style="list-style-type: none"> *カレイの煮付け里芋の煮物 *みつばの和え物 *フルーツ *ご飯 *味噌汁
おやつ	栗どら焼き	大学芋風ケーキ	たまごサンド	あんこパイ	甘酒とあられ	フルーチェ	プチケーキ
夕食	<ul style="list-style-type: none"> *鰯のしそ焼き *ひじきの煮物 *こんにゃくの味噌和え *ご飯 *吸い物 	<ul style="list-style-type: none"> *チキンカツ *ピーマンのかかつく和え *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *ホイコーロー *せんまいの中華和え *ご飯 *中華スープ 	<ul style="list-style-type: none"> *とろ鰯のうまダレ焼き *海藻の和え物 *竹の子の土佐煮 *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *鶏肉の味噌野菜炒め *南瓜サラダ *ご飯 *吸い物 	<ul style="list-style-type: none"> *八宝菜 *海鮮しゅうまい *ご飯 *中華スープ 	<ul style="list-style-type: none"> *豚肉とエリンギの甘辛炒め *白和え *ご飯 *味噌汁
一日分 カロリー	1343kcal	1320kcal	1268kcal	1290kcal	1359kcal	1409kcal	1280kcal

※ここに記載されているカロリー表記は常食の数値です

*材料の仕入れの状況により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください

ショートステイ週間献立表

令和8年1月

(株)刈谷ケアサービス さくら

SAKURA	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
朝食	*ミートボール *ポテトサラダ *ジャム *パン *コーンスープ	*厚揚げの煮物 *インゲンの ごま和え *海苔の佃煮 *ご飯 *味噌汁	*ぶりの照焼き *キャベツの さっと煮 *ヨーグルト *ご飯 *味噌汁	*温泉卵 *きんぴらごぼう *たいみそ *ご飯 *野菜ジュース	*里芋と アゲの味噌煮 *胡瓜とハムの 酢の物 *なめたけ *ご飯 *吸い物	*枝豆がんもの 煮物 *鮭のほぐし身 *味付けのり *ご飯 *味噌汁	*だし巻き玉子 *ごぼうサラダ *漬け物 *ご飯 *味噌汁
昼食	*鯖の塩焼き *糸昆布の煮物 *さつま芋サラダ *ご飯 *味噌汁		* 鶏南蛮そば * 煮味噌 * かぶとアゲの 酢の物 * フルーツ ✿おにぎり (あさり)	* 照り焼き 豆腐ハンバーグ 温野菜 * 菜の花の 辛子和え * フルーツ * ご飯 * 味噌汁	* 三色丼 * 南瓜の煮物 * 春雨の和え物 * フルーツ * ご飯 * 味噌汁	* 豚肉の生姜炒め * スパサラダ * 漬け物 * ご飯 * 味噌汁	* マーボー豆腐 * キャベツの 中華和え * フルーツ * ご飯 * 中華スープ
おやつ	はちみつ りんごクレープ	黒豆と抹茶の 和風ケーキ 桜水ようかん	マドレーヌ	スイートポテト	みるくもち	パンナコッタ	パンケーキ
夕食	* 海老と玉子の チリソース煮 * チンゲン菜の ナムル * ご飯 * 中華スープ	* おでん * 水菜の和え物 * ご飯 * 味噌汁	* 豚肉の香味焼き * 人参の金平 * オクラの和え物 * ご飯 * 味噌汁	* 鰯の包み焼き * 揚げ茄子浸し * 菜飯 * 味噌汁	* ソイの胡麻焼き * かぶと椎茸の 煮物 * 酢味噌和え * ご飯 * 吸い物	* 海老 カツ * レンコンのくず煮 * ご飯 * 味噌汁	* メルルーサの みりん焼き * 白菜と なるとの煮物 * ひじきの和え物 * ご飯 * 味噌汁
一日分 カロリー	1415kcal	1361kcal	1419kcal	1365kcal	1435kcal	1366kcal	1257kcal

※ここに記載されているカロリー表記は常食の数値です

* 材料の仕入れの状況により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください

ショートステイ週間献立表

令和8年1月

(株)刈谷ケアサービス さくら



SAKURA さくら	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
朝食	<ul style="list-style-type: none"> *お魚ハンバーグ *オクラと干しエビの煮物 *カニカマのマヨネーズサラダ *佃煮 *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *白菜と干しエビの煮物 *たまご豆腐 *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *お魚揚げと冬瓜の煮物 *玉ねぎスライス *ヨーグルト *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *鯖の照焼き *なめたけおろし *金時豆 *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *大根と竹輪の味噌かけ *ほうれん草のおかか和え *梅干し *ご飯 *吸い物 	<ul style="list-style-type: none"> *炒り卵 *キャベツとツナのサラダ *佃煮 *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *アジの塩焼き *五目煮豆 *ゼリー *ご飯 *味噌汁
昼食	<ul style="list-style-type: none"> *鶏肉の塩麹焼き *金平レンコン *おろし和え *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *ミニ塩野菜ラーメン *焼き餃子 *胡瓜の酢もみ *フルーツ *ご飯 	<ul style="list-style-type: none"> *鯵の南蛮漬け *じゃが芋の鶏生姜煮 *漬け物 *ご飯 *吉野汁 	<ul style="list-style-type: none"> *白身魚の柚香焼き *根菜と半平の煮物 *きのこの海苔和え *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ✿お祝い御飯の日✿ *巻き寿司と稻荷寿司 *煮物の盛り合せ *春菊のゴマ和え *ガリ *和菓子 *すまじ汁 	<ul style="list-style-type: none"> *豚肉と大根の煮物 *卵の花の和え物 *漬け物 *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *白身魚フライの洋風あんかけ *ゴボウサラダ *フルーツ *ご飯 *コンソメスープ
おやつ	鬼まんじゅう	白玉ぜんざい	アーモンドケーキ	フルーツポンチ	ケーキとフルーツ	ヨーグルトケーキ	黒糖まんじゅう
夕食	<ul style="list-style-type: none"> *巣ごもり玉子 *長芋の和え物 *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *マスのちゃんちゃん焼き *豆の和え物 *ご飯 *吸い物 	<ul style="list-style-type: none"> *トンテキ *きのこ炒め *切干大根のゆかり和え *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *人参ご飯 *ふんわり蒸しの野菜あんかけ *2色アスパラの和えもの *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *鶏の香草焼き *粉ふきいも *キャロットラペ *ご飯 *コンソメスープ 	<ul style="list-style-type: none"> *メバルのネギ焼き *さつま芋の甘煮 *きのこのポン酢和え *ご飯 *味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> *鶏肉のスタミナ炒め *人参のめかぶ和え *ご飯 *味噌汁
一日分 カロリー	1255kcal	1319kcal	1379kcal	1251kcal	1399kcal	1394kcal	1270kcal

※ここに記載されているカロリー表記は常食の数値です

*材料の仕入れの状況により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください



ショートステイ週間献立表



令和8年1月

(株)刈谷ケアサービス さくら



SAKURA	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	26日	27日	28日	29日	30日	31日	
朝食	*ミートボール *ポテトサラダ *ジャム *パン *コーンスープ	*厚揚げの煮物 *インゲンの ごま和え *海苔の佃煮 *ご飯 *味噌汁	*ぶりの照焼き *キャベツの さっと煮 *ヨーグルト *ご飯 *味噌汁	*温泉卵 *きんぴらごぼう *たいみそ *ご飯 *野菜ジュース	*里芋と アゲの味噌煮 *胡瓜とハムの 酢の物 *なめたけ *ご飯 *吸い物	*枝豆がんもの 煮物 *鮭のほぐし身 *味付けのり *ご飯 *味噌汁	
昼食	*豚すき焼き煮 *温泉卵 *大根のレモン酢 *ご飯 *味噌汁	*鶏肉と南瓜の グラタン *カリフラワーの 洋風和え *フルーツ *ご飯 *コンソメスープ	*鯖の味噌煮 野菜の味噌煮 *マカロニサラダ *漬け物 *ご飯 *吸い物	*きつねきしめん *きのこの かき揚げ *胡瓜の昆布和え *フルーツ *小盛ご飯	*ハヤシライス *ブロッコリーの シーザーサラダ *福神漬け *フルーツ *乳酸菌飲料	*豚肉とゴボウの 柳川風煮 *水菜の ごま和え *漬け物 *ご飯 *味噌汁	
おやつ	✿お茶会✿ (柚子蒸し羊かん)	胡桃まんじゅう	みたらし団子	ホットケーキ	ジャム蒸しまんじゅう	コーヒーゼリー	
夕食	*赤魚の鉄焼き *かぶとベーコンの 炒め物 *春雨のサラダ *ご飯 *味噌汁	*千草焼き *高野豆腐の煮物 *人参の酢の物 *ご飯 *味噌汁	*豚肉の ピリ辛焼き *長芋の めんつゆ炒め *小松菜の和え物 *ご飯 *味噌汁	*ピラフ *ポトフ風煮 *トマトの和え物 *豆乳スープ	*白身魚の 山椒焼き *切干大根の煮物 *ほうれん草の お浸し *ご飯 *味噌汁	*バサの照り焼き *かに豆腐の だしあんかけ *もやしの和え物 *ご飯 *味噌汁	
一日分 カロリー	1418kcal	1292kcal	1424kcal	1356kcal	1468kcal	1254kcal	

※ここに記載されているカロリー表記は常食の数値です

*材料の仕入れの状況により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください