ショートステイ週間献立表

令和8年11月

㈱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
朝食							*アジの塩焼き *五目煮豆 *ゼリー *ご飯 *味噌汁
昼食							＊鰆の照り焼き ＊糸昆布の煮物 ＊とろろ芋 ＊麦飯 ＊味噌汁
おやつ							たこ焼き
夕食							＊鶏肉の チリソースあんかけ ＊チンゲン菜の ナムル ＊ご飯 ＊わかめスープ
一日分 カロリー							1299kcal

※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11月

㈱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
	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8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	＊石狩鍋風煮 ＊こんにゃくの 柚子和え ＊佃煮 ＊ご飯 ＊吸い物	✿文化祭✿ 【精進料理】	＊豚バラと 冬瓜の旨煮 ＊大根葉の和え物 ＊豆の甘煮 ＊ご飯 ＊味噌汁	＊焼きうどん ＊南瓜サラダ ＊フルーツ ＊おにぎり （おかか） ＊乳酸菌飲料	＊シルバーの 塩こうじ焼き ＊白滝のたらこ煮 ＊大根とレモンの 和え物 ＊ご飯 ＊味噌汁	＊半平とごぼうの 柳川風煮 ＊キャベツの ごま酢和え ＊フルーツ ＊ご飯 ＊味噌汁	＊和風豚キムチ ＊春雨の和え物 ＊佃煮 ＊ご飯 ＊味噌汁
おやつ	プリンアラモード	フルーツようかん	チョコレート パンケーキ	ヨーグルトケーキ	肉まん	コーヒーゼリー	プチケーキ
夕食	＊豚肉の スタミナ炒め ＊じゃが芋のうま煮 ＊豆の甘煮 ＊ご飯 ＊味噌汁	＊とろ鯵の塩焼き ＊レンコンの炒め煮 ＊胡瓜と みょうがの酢の物 ＊ご飯 ＊味噌汁	＊白身魚のピカタ ＊ブロッコリー炒め ＊トマトの和え物 ＊ご飯 ＊マカロニスープ	＊鶏肉の ピリ辛焼き ＊若竹煮 ＊スパサラダ ＊ご飯 ＊味噌汁	＊豚肉の生姜焼き ＊がんもの煮物 ＊ほうれん草の 和え物 ＊ご飯 ＊味噌汁	＊鶏肉の バター醤油炒め ＊ツナとコーンの 和風和え ＊佃煮 ＊ご飯 ＊味噌汁	＊ホキの幽庵焼き ＊おからの煮物 ＊オクラの梅和え ＊ご飯 ＊味噌汁
一日分 カロリー	1435kcal	1456kcal	1340kcal	1493kcal	1364kcal	1251kcal	1282kcal

※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11月

㈱刈谷ケアサービス　さくら

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
朝食	*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	*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	*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	*鯖の照焼き *なめたけおろし *金時豆 *ご飯 *味噌汁	*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	*炒り卵 *キャベツと ツナのサラダ *佃煮 *ご飯 *味噌汁	*アジの塩焼き *五目煮豆 *ゼリー *ご飯 *味噌汁
昼食	＊鶏の塩から揚げ ＊さつま芋の 甘煮 ＊インゲンの 海苔和え ＊ご飯 ＊味噌汁	＊ハヤシライス ＊ブロッコリーと 玉子のサラダ ＊福神漬け ＊フルーツ ＊野菜ジュース	＊天津飯 ＊焼き餃子 ＊もやしの 中華和え ＊漬け物 ＊きのこスープ		＊豆腐ステーキの きのこあんかけ ＊茄子の揚げびたし ＊フルーツ ＊ご飯 ＊味噌汁	＊太刀魚の梅焼き ＊オクラとアゲの 和風煮 ＊海藻の和え物 ＊ご飯 ＊味噌汁	＊豚肉と 玉ねぎの生姜煮 ＊みつばの ゴマ和え ＊漬け物 ＊ご飯 ＊味噌汁
おやつ	バナナあんどら焼き	パンナコッタ	シフォンケーキ	2色ういろう	スイートポテト	人参ケーキ	黒糖まんじゅう
夕食	＊栗ご飯 ＊巣ごもり卵 ＊切干大根の 和え物 ＊味噌汁	＊豚肉の山椒焼き ＊エリンギ炒め ＊胡瓜の ゆかり和え ＊ご飯 ＊味噌汁	＊メヌケの昆布煮 油揚げの煮物 ＊小松菜の 胡桃和え ＊ご飯 ＊味噌汁	＊鶏肉の 磯辺焼き ＊長芋の めんつゆ炒め ＊白菜の ごま和え ＊ご飯 ＊味噌汁	＊五目野菜の 中華風煮 ＊しゅうまい ＊ご飯 ＊ニラスープ	＊鶏肉の バジル炒め ＊きのこのマリネ ＊漬物 ＊ご飯 ＊コンソメスープ	＊豆腐と鶏ひき肉の 和風煮 ＊五色生酢 ＊ご飯 ＊味噌汁
一日分 カロリー	1343kcal	1362kcal	1307kcal	1371kcal	1244kcal	1283kcal	1276kcal

※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11月

㈱刈谷ケアサービス　さくら

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22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	＊鶏肉の パン粉焼き ＊金平レンコン ＊酢味噌和え ＊ご飯 ＊吸い物	＊ささみロールカツ ＊煮味噌 ＊きのこの ピリ辛和え ＊ご飯 ＊吸い物	＊けんちんそば ＊干し海老の かき揚げ ＊胡瓜とイカの 酢の物 ＊フルーツ ＊小盛ご飯	＊白身魚の マヨネーズ焼き ＊トマトとコーンの 洋風和え ＊フルーツ ＊ご飯 ＊コンソメスープ	＊豚肉の 青じそ焼き ＊切干大根の 五目煮 ＊きのこと茄子の 辛子和え ＊ご飯 ＊味噌汁	＊親子煮 ＊ポテトサラダ ＊漬け物 ＊ご飯 ＊味噌汁	＊豚肉とキャベツの 中華風味噌炒め ＊竹の子の 中華和え ＊フルーツ ＊ご飯 ＊たまごスープ
おやつ	✿さくらクッキング✿ （ごへいもち作り）	抹茶ババロア	ココア蒸しパン	レモンケーキ	甘酒とあられ	フルーチェ	たい焼き
夕食	＊鯖の幽庵焼き ＊冬瓜のくず煮 ＊キャベツの 青菜和え ＊ご飯 ＊味噌汁	＊ピラフ ＊ロールキャベツの トマト煮 ＊カリフラワーの カルパッチョ和え ＊コンソメスープ	＊おでん ＊茄子と蒸し鶏の わさび和え ＊ご飯 ＊味噌汁	＊豚肉と竹の子の 甘辛炒め ＊さつま芋サラダ ＊漬け物 ＊ご飯 ＊味噌汁	＊ソイの旨ダレ焼き ＊枝豆の ふわふわ豆腐煮 ＊玉ねぎスライス ＊ご飯 ＊味噌汁	＊赤魚の 柚子胡椒焼き ＊白半平の煮物 ＊白菜の昆布和え ＊ご飯 ＊味噌汁	＊鶏団子の 野菜あんかけ ＊ピーマンおかか ＊ご飯 ＊味噌汁
一日分 カロリー	1435kcal	1277kcal	1254kcal	1384kcal	1312kcal	1299kcal	1259kcal

※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11月

㈱刈谷ケアサービス　さくら

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
朝食	*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	*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	*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	*鯖の照焼き *なめたけおろし *金時豆 *ご飯 *味噌汁	*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	*炒り卵 *キャベツと ツナのサラダ *佃煮 *ご飯 *味噌汁	*アジの塩焼き *五目煮豆 *ゼリー *ご飯 *味噌汁
昼食	＊カレーライス （ポーク） ＊マカロニサラダ ＊らっきょう漬け ＊フルーツ ＊野菜ジュース	＊鮭の柚香焼き ＊筑前煮 ＊春雨の酢の物 ＊ご飯 ＊味噌汁	＊秋野菜の 味噌煮込み ハンバーグ ＊菜の花の 辛子和え ＊フルーツ ＊ご飯 ＊吸い物	＊鶏肉の はちみつ焼き ＊人参しりしり ＊山菜和え ＊ご飯 ＊味噌汁	✿お祝いご飯の日✿ ＊カキフライ タルタルソースかけ ＊大豆とベーコンの トマト煮 ＊ブロッコリーの カルパッチョ和え ＊フルーツゼリー ＊ご飯 ＊豆乳スープ	＊エビフライ ＊冬瓜の くずあんかけ ＊漬け物 ＊ご飯 ＊味噌汁	＊牛肉の すき焼き風煮 ＊南瓜サラダ ＊フルーツ ＊ご飯 ＊味噌汁
おやつ	2色ピーチゼリー	みたらし団子	みるくもち	鬼まんじゅう	ケーキとフルーツ	アーモンドケーキ	フルーツヨーグルト
夕食	＊白身魚の 胡麻焼き ＊ひじきの煮物 ＊アスパラの 和風和え ＊ご飯 ＊味噌汁	＊豚肉の ケチャップ炒め ＊大根の洋風煮 ＊漬け物 ＊ご飯 ＊コンソメスープ	＊鱈の包み焼き ＊枝豆と こんにゃくの ゴマドレ和え ＊ゆかりご飯 ＊味噌汁	＊カレイの煮付け ごぼうの煮物 ＊インゲンの ピーナッツ和え ＊ご飯 ＊味噌汁	＊豚肉の味噌焼き ＊じゃがいも炒め ＊竹輪と胡瓜の 和え物 ＊ご飯 ＊吸い物	＊鰯の梅煮 野菜の煮物 ＊ゴボウサラダ ＊ご飯 ＊味噌汁	＊鶏ちゃん炒め ＊ぜんまいの 胡麻和え ＊豆の甘煮 ＊ご飯 ＊吸い物
一日分 カロリー	1390kcal	1260kcal	1359kcal	1295kcal	1482kcal	1405kcal	1361kcal

※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11月

㈱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
	30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						
昼食	＊豚肉ともやしの塩だれ炒め ＊とろろ芋 ＊小松菜のお浸し ＊麦ご飯 ＊味噌汁						
おやつ	抹茶水ようかん						
夕食	＊深川煮 ＊さつま芋の金平 ＊ご飯 ＊味噌汁						
一日分カロリー	1381kcal						

※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