


週間献立予定表

2025年02月01日(土)~2025年02月01日(土)

サニーステージ星川

常食



<p>2/1 (土)</p>	<p>ツナとキャベツのソテー じゃが芋のカレー風味煮 フルーチェ パン コンソメスープ 野菜ジュース</p>	<p>白身魚の揚げ煮 ピーマンと挽肉の炒め もやし中華くらげ和え フルーツ 御飯 味噌汁</p>	<p>ミルクレープ</p> 	<p>豚肉とキャベツの味噌炒め かぼちゃのごま風味煮 グリーンサラダ 御飯 すまし汁</p>
<p>452Kcal</p>	<p>585Kcal</p>	<p>62Kcal</p>	<p>557Kcal</p>	<p>557Kcal</p>

週間献立予定表

2025年02月2日(日)～2025年02月8日(土)
サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
2/2 (日)	高菜さつま揚げの油炒め 大根のポン酢醤油煮 漬物 御飯 すまし汁 牛乳 	鶏肉の柚庵焼き 里芋と焼豆腐の田楽 ひじきとオクラの和え物 フルーツ 御飯 野菜スープ	黒糖まんじゅう 	鱈と野菜中華炒め 焼餃子 中華サラダ 御飯 ホタテ風味スープ
	437Kcal	545Kcal	81Kcal	502Kcal
2/3 (月)	高野豆腐と野菜の煮物 ほうれん草のきのこ和え 漬物 味噌汁 かに風味雑炊 牛乳 	☆節分ランチ☆ 節分五目そば 恵方巻風寿司 菜の花の辛子和え フルーツ 	いちごのロールケーキ	鶏肉と厚揚げのピリ辛炒め 海老と冬瓜の含め煮 もやしとメンマの和え物 御飯 スープ
	506Kcal	487Kcal	64Kcal	568Kcal
2/4 (火)	さばの文化干し 重麩の煮物 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	豆乳みそうどん メンチカツ 長芋の酢の物 フルーツ 稲荷	今川焼き	鶏肉の白ワイン蒸し ピーマンソテー 野菜サラダ 御飯 コンソメスープ
	502Kcal	669Kcal	80Kcal	545Kcal
2/5 (水)	ミートボールのコンソメ煮 キャベツとベーコンの炒め さつま芋のサラダ フレンチトースト トマトスープ リンゴジュース	鶏肉唐揚げレモンあん 蒸野菜の胡麻風味 ブロッコリーのおろし和え フルーツ 御飯 味噌汁	カステラ 	鮭の南部焼き 田舎煮 小松菜と生椎茸の辛子和え 御飯 味噌汁
	526Kcal	598Kcal	116Kcal	429Kcal
2/6 (木)	竹輪と野菜の煮物 温泉卵 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 	鰻の蒲焼丼 大根のたらこあんかけ 根菜サラダ フルーツ すまし汁	オレンジゼリー	肉じゃが うの花炒め 山菜とろろ 御飯 すまし汁
	498Kcal	499Kcal	79Kcal	532Kcal
2/7 (金)	鱈の西京焼き 長葱と茄子生姜炒め 納豆 御飯 味噌汁 牛乳 	豚肉の蒸しゴマだれ 白菜と海老のオイスターソース炒め 菜の花のからし和え フルーツ きのこ炊き込みご飯 味噌汁	おしるこ 	豆腐と根菜油淋ソース炒め さつま揚げと小松菜の煮物 いかとわかめのすみそあえ 御飯 卵スープ
	553Kcal	560Kcal	104Kcal	524Kcal
2/8 (土)	牛肉と野菜の煮物 茸と野菜のソテー ヨーグルト パン トマトスープ 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 中華スープ	チョコパイ	白身魚のマヨネーズ焼き 白菜と重麩の炒め 海藻サラダ 御飯 なめこ汁 
	483Kcal	583Kcal	74Kcal	500Kcal

週間献立予定表

2025年02月09日(日)～2025年02月15日(土)
サニーステージ星川

常食









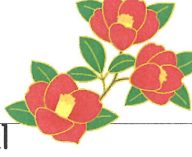
日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
2/9 (日)	肉詰め稲荷 キャベツとしらすの炒め 胡瓜の胡麻風味和え 御飯 味噌汁 牛乳	かに玉黒酢あん 温奴 ぜんまいと油揚げの煮物 フルーツ ご飯 しめじスープ	たいやき 	鶏肉の葱味噌焼き じゃが芋とツナの炒め 真砂和え 菜めし すまし汁
	493Kcal	578Kcal	70Kcal	504Kcal
2/10 (月)	白菜とソーセージのソテー 里芋の煮物 昆布の佃煮 ホタテ雑炊 きのこの味噌汁 牛乳	ポークソテーオニオンソース ほうれん草とコーンのソテー ブロッコリーのツナ和え フルーツ 御飯 豆乳と野菜のスープ	抹茶ワッフル 	鯖の味噌煮 加子とはんぺん炒め キャベツのかに風味和え 御飯 すまし汁
	442Kcal	564Kcal	80Kcal	442Kcal
2/11 (火)	はんぺんのチーズはさみ焼き 豚肉と白菜の煮物 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 	鶏肉みぞれ蕎麦 竹輪の磯部揚げ 茸と蒸し鶏の酢の物 フルーツ	コーヒーゼリー	家常豆腐 にらともやしの炒め 小松菜のピーナツ和え 御飯 味噌汁
	535Kcal	536Kcal	107Kcal	593Kcal
2/12 (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 サンドイッチ パンプキンポタージュ カルピス	鯨の唐揚げ葱塩かけ 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	シュークリーム 	鶏肉のオイスター炒め 青梗菜としめじの煮浸し 菜の花マヨサラダ 御飯 かき玉汁
	634Kcal	506Kcal	56Kcal	492Kcal
2/13 (木)	海老団子とじゃが芋の煮物 厚焼き卵 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 	オムライス風ラタトゥイユ 冬瓜の海老あんかけ 豆と野菜のサラダ フルーツ 海苔とえのきのスープ	もみじ饅頭 	魚の味噌焼き はるさめの炒め物 竹輪と水菜の和え物 御飯 すまし汁
	598Kcal	564Kcal	104Kcal	407Kcal
2/14 (金)	すごもり卵 ほうれん草としめじの炒め物 納豆 御飯 味噌汁 牛乳	ポークジンジャー がんもと野菜の煮物 キャベツの昆布え フルーツ 炊き込み梅ご飯 すまし汁	いちごババロア	筑前煮 白菜ときくらげの炒め物 かぶの酢の物 御飯 味噌汁 
	477Kcal	515Kcal	109Kcal	508Kcal
2/15 (土)	蒸し鶏と野菜のソテー スクランブルエッグ フルーツ パン ミネストローネ リンゴジュース	スパゲティナポリタン かぶのクリーム煮 シーザーサラダ フルーツ コンソメスープ 	和のお菓子3点盛り	牛肉豆腐 南瓜の煮物 ブロッコリーのゆずドレッシング和え 御飯 すまし汁
	526Kcal	519Kcal	107Kcal	535Kcal

週間献立予定表

2025年02月16日(日)~2025年02月22日(土)
サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
2/16 (日)	魚河岸揚煮物 豚肉とメンマの炒め物 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	鶏肉のチリソース煮 <small>白菜と春雨のオイスターソース炒め</small> コーンサラダ フルーツ 御飯 中華スープ	ぜんざい風 	鱈のキノコ蒸し チンゲン菜とベーコン炒め ポテトサラダ わかめご飯 味噌汁
	529Kcal	634Kcal	90Kcal	459Kcal
2/17 (月)	竹輪と野菜の塩炒め 昆布と油揚げの煮付 漬物 中華風雑炊 味噌汁 牛乳 	和風おろしハンバーグ 湯豆腐ボン酢添え 菜の花のからし和え フルーツ 御飯 すまし汁	和のパンケーキ	豚肉ガーリック風味 ピーマンソテー キャベツとわかめの青しそ和え 御飯 コンソメスープ
	507Kcal	501Kcal	62Kcal	522Kcal
2/18 (火)	鯖の塩焼き 若竹煮 とろろ 御飯 味噌汁 牛乳	カレーうどん 厚揚げとなすの煮物 ごぼうサラダ フルーツ 	黒糖まんじゅう	豚肉マスタード炒め ごぼうの卵とじ <small>カリフラワーと海老のオーロラ和え</small> 御飯 味噌汁
	523Kcal	559Kcal	81Kcal	595Kcal
2/19 (水)	ブレンオムレツ ベーコンと白菜サラダ ロールサンド コーンチャウダー 野菜ジュース	豚肉の唐揚げ甘酢かけ 里芋と糸こんにゃくの炒め煮 春菊のピーナツ和え フルーツ 御飯 なめこの味噌汁	あんみつ 	魚のねぎ塩焼き さつま揚げと青菜の煮 卵豆腐 御飯 中華スープ
	495Kcal	628Kcal	51Kcal	424Kcal
2/20 (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 かぼちゃコロケ シエルマカロニサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ 	ぶどうゼリー	シーフードクリームシチュー 人参シリシリ 干草和え 御飯 野菜スープ
	485Kcal	719Kcal	67Kcal	540Kcal
2/21 (金)	鮭の柚子味噌焼き 竹輪と野菜の炒め 納豆 御飯 すまし汁 牛乳 	麻婆豆腐 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 御飯 中華スープ	チーズ蒸しケーキ	ボークチャップ 茄子とエリンギのバター風味 ぎゃべつの胡麻酢和え 御飯 コンソメスープ
	530Kcal	551Kcal	67Kcal	568Kcal
2/22 (土)	ウイナーソテー 大根のコンソメ煮 プリン トマトと卵のスープ パン カルピス	ませそば がんもと野菜の煮物 れんこんのずんだ和え フルーツ	メイプルブチケーキ 	白身魚の甘酢あんかけ 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
	512Kcal	579Kcal	45Kcal	430Kcal



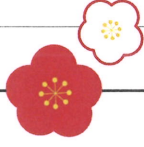




週間献立予定表

2025年02月23日(日)～2025年02月28日(金)

サニーステージ星川

常食



日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
2/23 (日)	車麩の卵とじ ツテと蓮根の炒め 漬物 御飯 味噌汁 牛乳 	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	チョコババロア 	鶏肉のマヨネーズ焼き 焼きビーフン ミモザサラダ ゆかりごはん 味噌汁
	519Kcal	621Kcal	69Kcal	580Kcal
2/24 (月)	なすと肉団子の煮物 小松菜としらすの和え物 漬物 たまご野菜雑炊 味噌汁 牛乳	鶏肉のパン粉焼き 海老とブロッコリーの塩炒め 大根とセロリのマリネ フルーツ 御飯 野菜のカレー風味スープ	抹茶ミルクプリン 	おでん 青しそ和え 胡瓜と白菜の浅漬 御飯 すまし汁
	477Kcal	561Kcal	87Kcal	478Kcal
2/25 (火)	豆腐のきのこあんかけ なすとわかめの生姜和え 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	のっぺいそば 切干大根の煮物 かぶの柚子風味漬け フルーツ	饅頭	白身魚のおろし煮 根菜さんびら 白滝のたらこ和え 御飯 味噌汁 
	483Kcal	421Kcal	51Kcal	571Kcal
2/26 (水)	大豆とウィンナーの洋風煮 いんげんとちくわのソテー かぼちゃのサラダ ホットロール ベジタブルスープ リンゴジュース 	揚げ魚の梅肉ソース 蒸野菜の胡麻味噌かけ れんこんのずんだ和え フルーツ 御飯 すまし汁	今川焼き	蒸し鶏のカレーソース 青梗菜とツナのソテー にんじんとレーズンのレモン風味 御飯 野菜スープ
	598Kcal	517Kcal	87Kcal	505Kcal
2/27 (木)	つみれの煮物 春菊のピーナッツ和え 漬物 御飯 味噌汁 牛乳	天津丼 茸と玉ねぎのソテー 山菜となめこのおろし和え フルーツ 吉野汁	コーヒーゼリー 	メバルのかぶら蒸し 牛挽と野菜のオイスターソース炒め 水菜の中華和え 御飯 味噌汁
	471Kcal	512Kcal	67Kcal	492Kcal
2/28 (金)	鶏肉の照焼 蓮と人参の炒め煮 納豆 御飯 味噌汁 牛乳	白身魚のチリソース 豆腐のかにあんかけ 春雨サラダ フルーツ グリーンピースごはん 中華スープ 	ワッフル	鶏肉の香草パン粉焼き 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
	583Kcal	546Kcal	73Kcal	580Kcal

