

令和6年2月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

						2月1日(木)	◆2月2日(金)	★2月3日(土)					
朝食	<p>★行事食★</p> <p>3日(土) 節分 10日(土) 旧正月 12日(月) 初午 14日(火) バレンタインデー</p>			<p>◆食の記念日◆</p> <p>2日(金) 麩の日</p> <p>*旬の食材*</p> <p>ブリ・サバ・タラ 白菜・春菊 ほうれん草 大根・里芋</p>		御飯 味噌汁 切干大根の煮物 高菜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳					
昼食						赤飯 鮭の塩麹焼き 吸物 南瓜の旨煮 甘酒	御飯 お麩じゃが 吸物 ぬた和え	御飯 いわしの梅煮 鬼除け汁 浅漬け					
間						どら焼き	ラブレ	もみじ饅頭					
夕食						御飯 豚肉と大根の味噌煮 吸物 山芋のわさび和え	御飯 鶏のマーマレード焼き 野菜スープ マカロニサラダ	御飯 牛肉のカラフルボン酢炒め みぞれ汁 厚揚げのなめこ煮					
2月4日(日)		2月5日(月)		2月6日(火)		2月7日(水)		2月8日(木)		2月9日(金)		★2月10日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン バイクドエッグ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳						
昼食	御飯 赤魚のおろし煮 吸物 白菜のツナぼん酢和え	御飯 海鮮すり身のあおさあんかけ 吸物 里芋のそぼろ煮	御飯 ホッケの白醤油焼き 吸物 バンサンスー	キーマカレー はんぺんサラダ フルーツヨーグルト 福神漬	フレンチトースト ミネストローネ サラダ ヨーグルト	御飯 白身魚フライ フロココリーのポタージュ サラダ	赤飯 スズキの白醤油焼き 雑煮 せりのごまボン酢和え						
間	ととやき	気になる野菜	ストロベリータルト	バームクーヘン	りんごジュース	焼きドーナツ	黒棒						
夕食	御飯 鶏肉と野菜のタレ炒め 味噌汁 かぶの煮物	御飯 豚肉と厚揚げの煮物 わかめスープ 大根の昆布和え	御飯 鶏肉と大根の煮物 味噌汁 酢の物	御飯 サバの味噌煮 スープ 梅春雨	御飯 煮魚 味噌汁 にらの卵とし	御飯 蒸し鶏の梅肉ソースかけ 吸物 さつまいもの昆布煮	御飯 八宝菜 スープ 春菊の辛子和え						
2月11日(日)		2月12日(月)		2月13日(火)		★2月14日(水)		2月15日(木)		2月16日(金)		2月17日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 千切り煮 高菜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳						
昼食	御飯 鶏のおろし玉葱炒め 大根スープ ほうれん草ののりボン酢和え	御飯 鯖の南部焼き 蓮根のすり流し汁 大根のそぼろ煮	御飯 蓮根バーグ 吸物 和風ポテトサラダ	御飯 カレイのハニーマスタード焼き 白菜のクリームスープ カリフラワーのサラダ チョコババロア	せり御飯 肉じゃが 茶碗蒸し ほうれん草のゆずおろし和え	味噌煮うどん サラダ バナナベリーヨーグルト	御飯 魚の味噌チーズ焼き 吸物 かぶの甘酢漬						
間	ジョア	カエデの実	丸ポーロ	野菜生活	クリームコンフェ	ショコラブッセ	ラブレ						
夕食	御飯 太刀魚の山椒煮 吸物 煮豆	御飯 焼き豆腐のかにあんかけ 味噌汁 オクラのとろろ和え	御飯 ホキのちゃんちゃん焼き風 吸物 糸こんの卵とし	御飯 里芋のパン粉焼き レタススープ スナップエンドウのソテー	御飯 魚の昆布茶焼き 味噌汁 辛子酢味噌和え	御飯 ホッケのみりん焼き スープ 厚揚げのタレ炒め	チキンカレー サラダ フルーツ 福神漬						
2月18日(日)		2月19日(月)		2月20日(火)		2月21日(水)		2月22日(木)		2月23日(金)		2月24日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 じゃが芋と肉団子の煮物 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン ポークビーンズ バナナ 牛乳						
昼食	御飯 豚肉とキャベツの生姜醤油炒め 吸物 だし巻き卵	十六穀ごはん 塩サバ 吸物 菜の花の辛子和え	御飯 赤魚の梅干煮 吸物 白和え	サンドイッチ クラムチャウダー サラダ	親子丼 吸物 酢の物 ヨーグルト	御飯 スズキのおろしボン酢のせ さつま汁 ほうれん草のなめ草和え	御飯 芋煮 吸物 もずく酢						
間	ワッフル	カスタードケーキ	気になる野菜	シュークリーム	バームクーヘン	ラブレ	原宿ドッグ						
夕食	御飯 煮魚 スープ マカロニのケチャップ炒め	御飯 あぶたま煮 味噌汁 ピーマンソテー	御飯 かに玉あんかけ 吸物 甘酢生姜和え	御飯 カレイののりパン粉焼き 味噌汁 人参のツナ金平	御飯 すり身団子と白菜の煮物 スープ とろろ	御飯 おでん 味噌汁 浅漬け	御飯 ホキの青のりムニエル 吸物 マカロニサラダ						
2月25日(日)		2月26日(月)		2月27日(火)		2月28日(水)		2月29日(木)					
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン 里芋サラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 高菜漬								
昼食	御飯 鯖の煮付け スープ 胡瓜と白菜の香味和え	御飯 鶏の南蛮漬け あおさ汁 大根サラダ	御飯 サバの竜田焼き ちゃんこ汁 もずくとオクラの梅和え	菜めし 赤魚の塩焼き 吸物 ぬた和え	ビーフカレー サラダ フルーツ杏仁 福神漬								
間	スイートポテト	みかんジュース	プリンタルト	ととやき	飲むヨーグルト								
夕食	御飯 回鍋肉 吸物 呉豆腐	御飯 エビチリ春雨 とろたまスープ 餃子	御飯 牛肉と厚揚げの甘辛煮 スープ サラダ	御飯 鶏の甘酢照り煮 かきたま味噌汁 和風ポテトサラダ	御飯 ホキのバター醤油焼き さつま芋のミルクスープ フロココリーのサラダ								