

令和4年2月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

			★2月1日(火)	◆2月2日(水)	★2月3日(木)	2月4日(金)	2月5日(土)	
朝食			パン ポークビーンズ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 べったら漬	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 青しそ高菜	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			赤飯 筑前煮 雑煮 かぶの柚子なます 甘酒	御飯 麻婆麩 中華スープ ハンサンスー	御飯 いわしの梅煮 鬼除け汁 浅漬け	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	御飯 えびしんじょ 吸物 里芋のそぼろ煮	
間			どら焼き	焼きドーナツ	ラブレ	もみじ饅頭	パンケーキ	
夕食			御飯 太刀魚のレモン醤油焼き 豆乳スープ サラダ	御飯 煮魚 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 アジの塩麹焼き みぞれ汁 糸こんにゃくとじ	御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮 わかめスープ 大根の柚子昆布和え	
	2月6日(日)	2月7日(月)	2月8日(火)	2月9日(水)	★2月10日(木)	2月11日(金)	2月12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(白菜) しらたきのツナ金平 青しそ高菜	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン キャベツのコンソメ煮 バナナ 牛乳	
昼食	御飯 鶏肉と野菜のタレ炒め 味噌汁 呉豆腐	御飯 はんぺんフライ かぶのスープ 卵サラダ	御飯 肉豆腐 吸物 キャベツのしば漬け和え	クロックムッシュ ミネストローネ サラダ コーヒーゼリー	いなり寿司 吸物 わけぎのぬた和え やせうま風	御飯 鯖の味噌煮 沢煮椀 だし巻き卵	菜めし 本鯖の南部焼 蓮根のすり流し汁 大根とえびのくず煮	
間	ラブレ	ストロベリータルト	バームクーヘン	ジョア	破れ饅頭	とと焼き	ラブレ	
夕食	御飯 赤魚のおろし煮 吸物 白菜のツナぼん酢和え	御飯 鶏肉と大根の煮物 味噌汁 酢の物	御飯 ホキのきのこあんかけ スープ もずくサラダ	御飯 魚のポン酢焼き 味噌汁 にらの卵とじ	御飯 蒸し鶏の葱だれかけ 吸物 さつまいもの昆布煮	御飯 里芋のパン粉焼き レタススープ ｽｯﾌﾟ ｲﾝﾄﾞ ｳﾞﾙのｿﾃｰ	御飯 八宝菜 とろたまスープ 春雨の酢の物	
	2月13日(日)	2月14日(月)	2月15日(火)	2月16日(水)	2月17日(木)	2月18日(金)	2月19日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の鳴門煮 ふりかけ	パン 南瓜のサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 べったら漬	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 青しそ高菜	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	御飯 鶏のおろし玉葱炒め 大根スープ ほうれん草ののり和え	御飯 蓮根バーグ コーンスープ 和風ポテトサラダ チョコババロア	御飯 カレイのハニーマスタード焼き 吸物 カリフラワーのサラダ	せり御飯 肉じゃが 茶碗蒸し かぶの甘酢漬	御飯 ホキの味噌チーズ焼き 白菜のクリームスープ サラダ	味噌煮うどん 煮豆 かくや和え ヨーグルト	御飯 チキン南蛮 あさりの吸物 ピーマンソテー	
間	丸ボーロ	カエデの実	野菜生活	ショコラブッセ	カスタードケーキ	ラブレ	ワッフル	
夕食	御飯 太刀魚の山椒煮 吸物 酢の物	御飯 鮭のちゃんちゃん焼き風 吸物 春菊の辛子和え	チキンカレー サラダ フルーチェ らっきょう	御飯 魚の昆布茶焼き すいとん 辛子酢味噌和え	御飯 焼き豆腐のかにあんかけ 味噌汁 鶏肝のタレ炒め	御飯 ホッケのみりん焼き スープ 厚揚げの味噌炒め	御飯 エビチリ春雨 スープ 餃子	
	2月20日(日)	2月21日(月)	2月22日(火)	2月23日(水)	2月24日(木)	2月25日(金)	2月26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 マカロニサラダ 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 青しそ高菜	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 豚肉とキャベツの生姜醤油炒め あおさ汁 オクラのとろろ和え	親子丼 吸物 ほうれん草のなめ茸和え ラブミープラス	御飯 鮭の塩焼き さつま汁 かぶの煮物	ビーフカレー サラダ 果物 福神漬	御飯 芋煮 吸物 卵豆腐のなめこあんかけ	サンドイッチ さつまいものクリームシチュー サラダ ゼリー	十六穀ごはん 太刀魚の幽庵焼き 吸物 せりのおろしポン酢和え	
間	黒棒	気になる野菜	シュークリーム	原宿ドッグ	ラブレ	バームクーヘン	プリンタルト	
夕食	御飯 煮魚 肉団子のスープ 呉豆腐	御飯 かに玉あんかけ 春雨スープ ザーサイ和え	御飯 おでん 味噌汁 浅漬	麦ごはん 塩サバ 味噌汁 とろろ	御飯 友禅蒸し 吸物 小松菜のごま和え	御飯 赤魚の梅干煮 吸物 マカロニのケチャップ炒め	御飯 卵しゅうまい 味噌汁 ごぼうとこんにゃくの金平	
	2月27日(日)	2月28日(月)						
朝食	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の鳴門煮 ふりかけ	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>★行事食★</p> <p>1日(火) 旧正月 3日(木) 節分 10日(水) 初午</p> <p>◆食の記念日◆</p> <p>2日(水) 麩の日</p> <hr/> <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> </div>					
昼食	御飯 回鍋肉 スープ ごま豆腐	御飯 焼き魚の梅なめ茸おろしのせ ちゃんこ汁 白和え						
間	みかんジュース	スイートポテト						
夕食	御飯 本鯖のポン酢煮 吸物 胡瓜と白菜の香味和え	御飯 つくねの甘辛煮 スープ サラダ						