

令和二年度 霜月御膳

お品書き

- ・梅ちりめん御飯
- ・味噌汁
- ・鶏肉の香味焼き
- ・筍の炒り煮
- ・竹輪の酢の物
- ・りんごのムース



特別養護老人ホームいわね潮の香園

令和二年十一月二十六日



社会福祉法人
梅香会

特別養護老人ホーム
いわね潮の香園



2020年12月 献立表



	12/1(火)	12/2(水)	12/3(木)	12/4(金)	12/5(土)	12/6(日)	
朝食	 米飯 味噌汁 いわし生姜煮 ブロッコリーの和え物 ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁 フィッシュソーセージ ゆかり和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁 オムレツ グリーンサラダ ふりかけ ヤクルト	米飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ 小松菜のささみ和え たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁 温泉卵 茄子と桜海老の煮浸し ジョア	 米飯 味噌汁 竹輪の煮物 インゲンのサラダ ふりかけ ヨーグルト	
昼食(定食)	米飯 中華スープ 麻婆茄子 もやしと海老の炒め物 春雨と胡瓜の和え物 フルーツ(杏仁フルーツ)	 米飯 味噌汁 豚肉のすき焼き風煮 きのこのソテー 長いもの和え物 フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁 さわらの照焼き しらたきのチャブチェ風 ほうれん草の生姜和え フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁 ヒレカツ ビーフソテー 白菜の柚子風味 フルーチェ	米飯 味噌汁 鶏肉のねぎ塩炒め 野菜と真丈の煮物 スナッフえんどうのサラダ 青りんごゼリー	米飯 すまし汁 ぶりのみりん漬け焼き 冬瓜のかにあんかけ キャベツの梅風味和え 抹茶パバロア	
夕食	米飯 味噌汁 肉団子の野菜トマトソースかけ 菜の花の錦糸和え 煮豆	米飯 味噌汁 かれのい山椒焼 ツナのサラダ 昆布佃煮	米飯 すまし汁 鶏肉のハーブ焼き じゃが芋の炒め煮 漬物	米飯 すまし汁 赤魚のおろし煮 インゲンのソテー 漬物	米飯 すまし汁 さばの味噌煮 もすく酢 あみ佃煮	米飯 味噌汁 豚肉とアスパラのオイスターソース炒め オクラのなめだけ和え 漬物	
	12/7(月)	12/8(火)	12/9(水)	12/10(木)	12/11(金)	12/12(土)	
朝食	米飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 ビーンズサラダ のり佃煮 ヨーグルト	 米飯 味噌汁 がんもの煮物 カリフラワーのサラダ ふりかけ 牛乳	 米飯 味噌汁 納豆 ブロッコリーの炒め物 ヨーグルト	米飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 白菜としらすの和えもの ゆずみそ 牛乳	米飯 味噌汁 厚焼き玉子 ほうれん草のボン酢和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 春雨の炒め物 青梗菜の胡麻和え ふりかけ 牛乳	 米飯 味噌汁 肉団子の煮物 アスパラサラダ ふりかけ ヨーグルト
昼食(定食)	 米飯 コッパスープ 鶏肉のマスタード焼き 青梗菜の炒め物 マカロニサラダ フルーツ(パイン缶)	 米飯 味噌汁 白身魚のパン粉焼き ほうれん草のソテー かぼちゃサラダ フルーツ(オレンジ)	 米飯 中華スープ 中華風炒り卵 焼餃子 レンコンのサラダ フルーツ(白桃)	タンメン アスパラのバター醤油炒め 山菜ナムル ぶどうゼリー	米飯 味噌汁 白身魚のチーズ焼き 切干大根の煮物 カリフラワーのサラダ フルーツカクテル	 豆カレー レタスのサラダ メロンムース 野菜ジュース	 米飯 味噌汁 あじフライ さつま芋のレーズン煮 玉葱の酢の物 フルーツ(洋ナシ缶)
夕食	米飯 味噌汁 鮭の塩焼き 炒り豆腐 シバー	米飯 すまし汁 牛皿 白菜の塩昆布和え 漬物	米飯 すまし汁 鶏肉のクリームソースかけ 里芋の煮物 漬物	米飯 味噌汁 太刀魚の梅香焼き くるみお和え 漬物	米飯 すまし汁 肉じゃが 青菜とホタテのソテー 漬物	米飯 すまし汁 鯖の西京焼き インゲンの明太和え 昆布佃煮	米飯 味噌汁 豚肉みぞれ煮 こんにゃくのピリ辛炒め 漬物
	12/14(月)	12/15(火)	12/16(水)	12/17(木)	12/18(金)	12/19(土)	
朝食	米飯 味噌汁 厚揚げの煮物 コーンサラダ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁 焼きさつま揚げ いんげんのサラダ ふりかけ 牛乳	 米飯 味噌汁 ポイルウインナー 菜の花のからし和え ふりかけ ジョア	食パン コーンスープ スクランブルエッグ 温野菜サラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁 竹輪の煮物 ほうれん草のツナ和え ふりかけ ジョア	 米飯 味噌汁 温泉卵 海老団子中華煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁 野菜と車麩の煮物 菜の花の和え物 ゆめびしお 牛乳
昼食(定食)	高菜チャーハン 中華スープ 野菜しゅうまい スパゲティサラダ フルーツ(黄桃缶)	米飯 味噌汁 めばるの煮付け 茄子ミートソース焼き 大根の浅漬け イチゴゼリー	米飯 すまし汁 タンドリーチキン 春巻き ブロッコリーのサラダ フルーツ(パイン缶)	ねぎとろ丼 すまし汁 里芋の味噌だれ 小松菜の和え物 フルーツ(キウイ)	米飯 味噌汁 カレイの唐揚げ 春雨のソテー スナッフえんどうのサラダ フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 青梗菜のソテー 海草サラダ フルーツヨーグルト	米飯 コンソメスープ ロールキャベツのクリーム煮 アスパラのソテー ザーサイ和え ピーチゼリー
夕食	米飯 すまし汁 鶏肉のやきとり風 ブロッコリーのソテー 漬物	米飯 すまし汁 豚肉とキャベツの味噌炒め ひじき煮 漬物	米飯 味噌汁 白身魚の粕漬け 卵の花 あみ佃煮	米飯 味噌汁 トンテキ キャベツのゆかり和え 漬物	米飯 すまし汁 あんかけぎせい豆腐 大根の煮物 煮豆	米飯 すまし汁 たららの袖庵焼き 金平ごぼう 漬物	米飯 味噌汁 ひらすのねぎ塩焼き オクラと長芋のボン酢和え 昆布佃煮
	12/21(月)	12/22(火)	12/23(水)	12/24(木)	12/25(金)	12/26(土)	
朝食	米飯 味噌汁 ミートボール カリフラワーの梅和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁 フィッシュソーセージ 白菜の和えもの ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁 炒り豆腐 菜の花のおかか和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁 かんぱちハンバーグ 青梗菜の和え物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 卵ロール 小松菜のわさび和え ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁 ひじき煮 青梗菜のささみ和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁 肉詰めいなり煮 スナッフえんどうのサラダ ふりかけ ジョア
昼食(定食)	米飯 野菜スープ 鶏肉のコチュジャン焼き 南瓜のいとこ煮 春菊の和え物 パナラパバロア	米飯 味噌汁 白身魚のおろしあんかけ インゲンのソテー キャベツとチーズのサラダ フルーツ(オレンジ)	米飯 味噌汁 鶏肉のたらこマヨ焼き ほうれん草の炒め物 ミモザサラダ キャラメルプリン	米飯 すまし汁 煮込みハンバーグ きのこソテー 長芋の磯風味和え フルーツ(黄桃缶)	カレーピラフ コーンスープ からあげ シーフードサラダ 三色デザート	米飯 すまし汁 揚げ豆腐そぼろあん 筑前煮 小松菜の和え物 フルーツ(マンゴー)	 米飯 味噌汁 ハヤシライス じゃことカリフラワーのサラダ フルーツ(バナナ)
夕食	米飯 味噌汁 さわらの南蛮漬け 冬瓜のそぼろ煮 漬物	米飯 すまし汁 牛肉のスタミナ炒め 小松菜のお浸し 漬物	米飯 味噌汁 カレイのムニエル カリフラワーのマリネ 漬物	米飯 味噌汁 赤魚のさらさ蒸し ナムル 昆布佃煮	米飯 味噌汁 白身魚の香味焼き オクラ和えもの あみ佃煮	 米飯 味噌汁 おでん風煮 ブロッコリーの炒め物 煮豆	 米飯 味噌汁 鮭の柚子胡椒焼き きゅうりの酢の物 昆布佃煮
	12/28(月)	12/29(火)	12/30(水)	12/31(木)	 デイサービスについては第2週と第4週(10日,12日,25日を除く)の昼食は、ご利用者様のご選択による「選択食」となっております。 ※デイサービス以外につきましては、「選択食」ではありませんので、予めご了承下さい。		
朝食	米飯 味噌汁 つみれの旨煮 菜の花の和え物 ふりかけ 牛乳	 米飯 味噌汁 納豆 がんもの煮物 ヨーグルト	米飯 味噌汁 厚焼きたまご ほうれん草のお浸し 梅びしお ジョア	食パン コーンスープ ミネストローネ もやしのサラダ ヨーグルト			
昼食(定食)	米飯 すまし汁 鶏肉の甘辛チーズ焼き 切り昆布の煮物 温野菜サラダ フルーツカクテル	米飯 味噌汁 フライ盛り合わせ 南瓜の煮物 アスパラサラダ フルーツ(りんご缶)	米飯 すまし汁 肉豆腐 ピーマンとじゃが芋のカレー炒め カリフラワーのサラダ 青りんごゼリー	年越しそば いんげんの炒め物 長芋の梅風味和え ミルクプリン			
夕食	米飯 味噌汁 あじの照り焼き 白滝の炒め煮 あみ佃煮	 米飯 中華スープ ホイコーロー 青梗菜の中華浸し 漬物	米飯 味噌汁 鱈の塩焼 キャベツの塩昆布和え あみ佃煮	米飯 味噌汁 たらこのコッパスープ焼き れんこん金平 漬物			

発注・仕入等の都合により、献立が変更になる場合があります。

