

令和二年度 節分御膳

お品書き

- ・ 恵方巻・いなり寿司
- ・ すまし汁
- ・ 牛肉とじゃがいものうま煮
- ・ 菜の花と帆立のサラダ
- ・ いもようかん



特別養護老人ホームいわね潮の香園

令和三年二月二日



2021年3月 献立表



	3/1(月)	3/2(火)	3/3(水)	3/4(木)	3/5(金)	3/6(土)	3/7(日)
朝食	米飯 味噌汁 肉詰めいなり煮 白菜のゆかり和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 竹輪の煮物 インゲンのくるみと和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのサラダ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁 ミートボール 春菊の柚子和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 野菜と車麩の煮物 ほうれん草の辛子和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁 納豆 高野豆腐煮物 ジョア	米飯 味噌汁 がんもの煮物 小松菜のピーナツ和え ふりかけ ヨーグルト
昼食(定食)	すまし汁 豚肉の生姜焼き 根菜煮 かぼちゃサラダ フルーツ(黄桃缶)	すまし汁 鶏肉のトマト煮 菜の花ソテー なめだけ和え フルーツ(マンゴー)	すまし汁 赤魚の彩り野菜あんかけ キャベツと生ハムのサラダ ブラマンジェ	ハヤシライス レタスとえびのサラダ フルーツ(洋ナシ缶) ヤクルト	味噌汁 白身魚の唐揚げ さつま芋のレモン煮 オクラの和え物 マスカットゼリー	米飯 味噌汁 タラのチーズ焼き 切り昆布煮 ポテトサラダ フルーツ(キウイ)	米飯 味噌汁 サワラのカレー焼き マカロニのクリーム煮 シーザーサラダ フルーツ(みかん缶)
夕食	米飯 味噌汁 カレイの煮つけ ほうれん草の胡麻酢和え あみ佃煮	米飯 味噌汁 メバルのねぎ塩焼き ひじき煮 漬物	米飯 すまし汁 豚肉と野菜の坦々風煮 胡瓜の梅和え 煮豆	米飯 味噌汁 あじの照り焼き 大根の中華風煮 漬物	米飯 中華スープ かに玉 ナムル 漬物	米飯 すまし汁 鶏肉のマスタード焼き 長芋の酢の物 漬物	米飯 すまし汁 ホイコーロー 切干大根の煮物 煮豆
	3/8(月)	3/9(火)	3/10(水)	3/11(木)	3/12(金)	3/13(土)	3/14(日)
朝食	米飯 味噌汁 ほっけのみりん焼き もやしの和え物 ゆずみそ 牛乳	米飯 味噌汁 スクランブルエッグ 大根サラダ ふりかけ 牛乳	食パン コンスープ ポイルウィンナー キャベツのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁 卵の花煮 ブロッコリーのソテー ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 厚揚げの煮物 菜の花生姜和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁 卵ロール オクラのボン酢和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 炒り豆腐 花野菜サラダ ふりかけ ジョア
昼食(定食)	牛丼 味噌汁 青梗菜としらすの炒め物 カリフラワーサラダ フルーツヨーグルト	米飯 すまし汁 鮭のムニエル 里芋の煮物 ほうれん草のじゃこ和え 青りんごゼリー	米飯 卵スープ 八宝菜 なすの炒め物 春雨の酢の物 フルーツ(オレンジ)	米飯 味噌汁 カツオカツ 大根の含め煮 春菊の和え物 フルーツ(パイン缶)	キーマカレー ツナサラダ フルーツ 野菜ジュース	米飯 味噌汁 ブリの生姜煮 じゃが芋のガーリックバター炒め ほうれん草のごま和え フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁 和風おろしハンバーグ 春雨のソテー 玉葱とセロリのサラダ フルーツ(マンゴー)
昼食(洋食)		米飯 すまし汁 肉団子甘辛煮 里芋の煮物 ほうれん草のじゃこ和え 青りんごゼリー	米飯 卵スープ 白身魚の南蛮焼 なすの炒め物 春雨の酢の物 フルーツ(オレンジ)	米飯 味噌汁 豚肉治部煮 大根の含め煮 春菊の和え物 フルーツ(パイン缶)		米飯 味噌汁 鶏肉の味噌マヨ焼き じゃが芋のガーリックバター炒め ほうれん草のごま和え フルーツ(バナナ)	
夕食	米飯 味噌汁 豆腐のきのこあんかけ 小松菜のお浸し 鶏レバー	米飯 味噌汁 肉団子甘辛煮 いんげんのわさび和え 佃煮	米飯 味噌汁 白身魚の南蛮焼 冬瓜の煮物 漬物	米飯 すまし汁 豚肉治部煮 スナップえんどうのサラダ 漬物	米飯 すまし汁 カレイのさらさ蒸し ぜんまいの煮物 昆布佃煮	米飯 すまし汁 鶏肉の味噌マヨ焼き ザーサイ和え 漬物	米飯 味噌汁 さばの塩焼き フキの煮物 漬物
	3/15(月)	3/16(火)	3/17(水)	3/18(木)	3/19(金)	3/20(土)	3/21(日)
朝食	米飯 味噌汁 納豆 小松菜の煮浸し ヨーグルト	米飯 味噌汁 ひじき煮 ほうれん草のささみと和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 山芋の和え物 ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁 はんぺん煮物 スナップエンドウサラダ うめびしお ヨーグルト	米飯 味噌汁 温泉卵 ベーコンとアスパラのソテー 牛乳	米飯 味噌汁 ピーンの炒め物 春菊のピーナツ和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁 さんまの蒲焼き 大根の柚子和え ふりかけ ジョア
昼食(定食)	米飯 すまし汁 鶏肉の照り焼き しらたきの炒め物 スバゲティサラダ ブドウゼリー	米飯 味噌汁 メバルのみりん漬焼き 野菜しゅうまい 大根サラダ フルーツ(黄桃缶)	米飯 卵スープ 麻婆豆腐 こんにゃくの炒め煮 キャベツの海苔和え 杏仁フルーツ	米飯 味噌汁 牛肉のすき焼き風煮 いんげんの炒め物 もずく酢 いちごプリン	米飯 味噌汁 タラのクリームソースがけ ジャーマンポテト もやしの和え物 フルーツカクテル	米飯 味噌汁 ささみうめしそ巻き 菜の花の煮浸し シーフードサラダ フルーツ(キウイ)	米飯 味噌汁 豚肉のオイスターソース炒め 金平ごぼう 浅漬け 抹茶ゼリー
夕食	米飯 コンソメスープ さわらのパン粉焼き アスパラのマリネ 煮豆	米飯 すまし汁 肉じゃが カリフラワーの青しそ和え 漬物	米飯 すまし汁 ホッケのバター醤油焼き 菜の花のからしマヨ和え 漬物	米飯 味噌汁 太刀魚の塩麹焼き ブロッコリーのかにかまあんかけ 漬物	米飯 すまし汁 ポークチャップ オクラの和え物 煮豆	米飯 すまし汁 さばの味噌煮 茄子の炒め物 漬物	米飯 すまし汁 松風焼き オクラのおかか和え あみ佃煮
	3/22(月)	3/23(火)	3/24(水)	3/25(木)	3/26(金)	3/27(土)	3/28(日)
朝食	米飯 味噌汁 肉詰めいなり煮 キャベツの和え物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁 がんもの野菜あんかけ 青梗菜のくるみと和え たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ 小松菜の和え物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁 厚焼き玉子 もやしのゆかり和え のり佃煮 ジョア	食パン コンソメスープ ミートボール カリフラワーの中華ドレ和え ヨーグルト	米飯 味噌汁 花五目卵巻き ほうれん草の梅和え ふりかけ ヤクルト	米飯 味噌汁 切り昆布煮 春菊の和え物 ふりかけ 牛乳
昼食(定食)	米飯 味噌汁 赤魚の柚子胡椒焼き ブロッコリーのソテー 白和え パニラババロア	米飯 味噌汁 鶏肉甘酢ネギ炒め 南瓜のコンソメ煮 いんげんとしらすのお浸し フルーツ(みかん缶)	肉そば 野菜炒め 明太サラダ フルーツ(マンゴー)	ザーサイチャーハン 中華スープ 春巻き グリーンサラダ 黒ごまプリン	米飯 味噌汁 ひらすの胡麻漬焼き イカと里芋の煮物 マカロニサラダ オレンジゼリー	米飯 あおさ汁 揚げ豆腐そぼろあん インゲンの炒め物 白菜の胡麻マヨ和え フルーツ(りんご缶)	米飯 味噌汁 鮭の甘辛チーズ焼き 冬瓜のホタテあんかけ アスパラサラダ フルーツ(バナナ)
昼食(洋食)	米飯 味噌汁 中華風炒り卵 ブロッコリーのソテー 白和え パニラババロア	米飯 味噌汁 さわらの柚焼焼き 南瓜のコンソメ煮 いんげんとしらすのお浸し フルーツ(みかん缶)			米飯 味噌汁 豚肉の生姜焼 イカと里芋の煮物 マカロニサラダ オレンジゼリー	米飯 あおさ汁 フリ大根 インゲンの炒め物 白菜の胡麻マヨ和え フルーツ(りんご缶)	
夕食	米飯 中華スープ 中華風炒り卵 小松菜と海老のサラダ 漬物	米飯 すまし汁 さわらの柚焼焼き 春菊のツナ和え 漬物	米飯 味噌汁 カレイのみぞれあん 胡瓜の酢の物 煮豆	米飯 味噌汁 白身魚の磯風味焼き 竹の子とふきの煮物 漬物	米飯 すまし汁 豚肉の生姜焼 アスパラの塩昆布和え 煮豆	米飯 すまし汁 フリ大根 茄子しらす和え 漬物	米飯 すまし汁 豚肉野菜炒め 小松菜のわさび和え 煮豆
	3/29(月)	3/30(火)	3/31(水)	<p>デイサービスについては第2週と第4週(8日,12日,24日,25日を除く)の昼食は、ご利用者の ご選択による「選択食」となっております。</p> <p>※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。</p> 			
朝食	米飯 味噌汁 温泉卵 もやしとひき肉の炒め物 牛乳	米飯 味噌汁 ポイルウィンナー 菜の花の和え物 ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁 かんぱちハンバーグ 小松菜のお浸し たいみそ ヨーグルト				
昼食(定食)	米飯 コンソメスープ 鶏肉の梅香焼き 春雨のピリ辛炒め ひじきのサラダ フルーツ(オレンジ)	米飯 味噌汁 豚肉の香味焼き アスパラとじゃこのソテー さつま芋サラダ フルーツ(白桃缶)	ポークカレーライス えびとカリフラワーのマリネ フルーツ(マンゴー) ヤクルト				
夕食	米飯 味噌汁 エビ団子と野菜の煮物 蓮根のサラダ 鶏レバー	米飯 味噌汁 タラの明太チーズ焼き かぶの煮物 漬物	米飯 すまし汁 鶏肉のきのこあんかけ 白滝とビーマンの金平 昆布佃煮				