



お品書き

栗ご飯

味噌汁

牛肉と野菜の

ビビンバ炒め

じゃがいもの

マヨコーン焼き

いんげんの

ゆず和え

ぶどうゼリー



令和三年度 神意月御膳

特別養護老人ホーム

いわね潮の香園

令和三年十月十三日



2021年11月 献立表

	11/1(月)	11/2(火)	11/3(水)	11/4(木)	11/5(金)	11/6(土)	11/7(日)	
朝食	米飯 味噌汁(なめこ、みつば) さんまの蒲焼き モロヘイヤの和え物 ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(白菜、絹さや) ひじき煮 菜の花のツナ和え ゆずみそ 牛乳	米飯 味噌汁(油揚げ、いんげん) 温泉卵 春菊の煮浸し ヨーグルト	米飯 味噌汁(茄子、まいたけ) 炒り豆腐 もやしと青梗菜の梅和え ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(エリンギ、かいわれ) 納豆 かみつみれの煮物 牛乳	米飯 味噌汁(豆腐、水菜) 焼きさつま揚げ 菜の花おおか和え のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(大根、葉大根) がんもの煮物 ナムル ふりかけ ジョア	
昼食(定食)	米飯 味噌汁(はんぺん、かいわれ) 豚肉と大根の煮物 マカロニグラタン 花野菜サラダ いちごゼリー	米飯 味噌汁(エリンギ、水菜) 鶏肉の大葉塩焼 じゃが芋のバター煮 キャベツの和え物 フルーツ(みかん缶)	米飯 コンソメスープ(マッシュルーム、玉ねぎ) はんぺんのチーズサンドフライ アスパラのソテー ほうれん草の和え物 フルーツ(パイナップル)	わかめ御飯 味噌汁(里芋・ネギ) 鯖の塩焼 筍の土佐煮 白菜の浅漬け マスカットゼリー	三色丼 味噌汁(麩、豆苗) 白滝の煎り煮 白和え フルーツ(洋梨缶)	米飯 コンソメスープ(玉子、青ねぎ) 豚肉マスタード炒め かぼちゃコロッケ しらすとレタスのサラダ フルーツカクテル	米飯 すまし汁(椎茸、絹さや) さわらの胡麻味噌焼 根菜の煮物 ポテトサラダ フルーツ(オレンジ)	
夕食	米飯 中華スープ(ニラ・なると) 中華風炒り卵 いんげんの海苔和え 漬物	米飯 すまし汁(あおさ、青ねぎ) 鱈の西京味噌焼 揚げ茄子のほたてあんかけ 昆布佃煮	米飯 味噌汁(かぶ、わかめ) 豚肉の焼肉風炒め ぜんまいとふきの煮物 煮豆	米飯 味噌汁(玉葱、菜の花) 鶏肉のマーマレード焼き カリフラワーのサラダ 漬物	米飯 味噌汁(しめじ、オクラ) 赤魚の山椒焼き 冬瓜の含め煮 漬物	米飯 すまし汁(かまぼこ、みつば) ぶりの照り焼き アスパラの炒め物 あみ佃煮	米飯 味噌汁(エリンギ、玉葱) 鶏肉と白菜のクリーム煮 ほうれん草の錦糸和え 漬物	
朝食	米飯 味噌汁(キャベツ・三つ葉) タラの煮付け カリフラワーとチーズのサラダ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(まいたけ、豆苗) 納豆 金平ごぼう 牛乳	米飯 味噌汁(なめこ、葉大根) 春雨のしょうゆ炒め 春菊のゆかり和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(油揚げ、絹さや) 切干大根煮 ほうれん草のごま和え たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(南瓜、小松菜) 炒り卵 アスパラサラダ うめびしお 牛乳	米飯 味噌汁(麩、いんげん) ミートボール 白菜の和え物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋、豆苗) いわしの生姜煮 オクラの梅おかか和え ふりかけ ジョア	
昼食(定食)	米飯 味噌汁(竹の子、ネギ) 豚肉生姜焼き さつま芋のレモン煮 インゲンのツナマヨ和え フルーツ(黄桃缶)	ちゃんぽん ぎょうざ スナックえんどうのサラダ 杏仁豆腐	米飯 豚汁 ヒラスの柚子胡椒焼き かぶの煮物 蓮根サラダ フルーツ(りんご缶)	米飯 中華スープ(ベーコン、青梗菜) 麻婆豆腐 野菜シューマイ もやしの中華和え 青りんごゼリー	米飯 味噌汁(茄子、舞茸) えびカツ ザーサイの炒め物 インゲンのわさび和え フルーツ(洋梨缶)	カレーライス れんこんのゴママヨ和え フルーツ(みかん缶) ジョア	米飯 味噌汁(えのき、わかめ) 鶏肉と大根の煮物 青梗菜のツナ炒め スナックえんどうのサラダ マンゴープリン	
昼食(洋食)	米飯 味噌汁(竹の子、ネギ) 海老ボールのチリソース さつま芋のレモン煮 インゲンのツナマヨ和え フルーツ(黄桃缶)		米飯 豚汁 牛肉の卵とじ かぶの煮物 蓮根サラダ フルーツ(りんご缶)	米飯 中華スープ(ベーコン、青梗菜) 白身魚の粕漬焼き 野菜シューマイ もやしの中華和え 青りんごゼリー	米飯 味噌汁(茄子、舞茸) タラのマヨ焼き ザーサイの炒め物 インゲンのわさび和え フルーツ(洋梨缶)			
夕食	米飯 中華スープ(なると、もやし) 海老ボールのチリソース ピーマンソテー 漬物	米飯 すまし汁(かまぼこ、かいわれ) 鮭と野菜のポン酢焼き 南瓜のいとこ煮 昆布佃煮	米飯 味噌汁(豆腐、わかめ) 牛肉の卵とじ ブロッコリーのサラダ 煮豆	米飯 味噌汁(えのき、みつば) 白身魚の粕漬焼き オクラの青じそ和え 漬物	米飯 すまし汁(かまぼこ、青ねぎ) タラのマヨ焼き きゅうりの酢の物 レバー甘露煮	米飯 すまし汁(とろろ昆布、みょうが) さばの味噌煮 けんちん炒め あみ佃煮	米飯 すまし汁(はんぺん、かいわれ) 干草焼き 刻み昆布の煮物 漬物	
朝食	米飯 味噌汁(キャベツ、人参) 厚揚げの煮物 山菜となめこのおろし和え のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(絹さや、さつま芋) 納豆 小松菜の煮浸し ジョア	米飯 味噌汁(油揚げ、にら) かんぱちハンバーグ 春菊の塩昆布和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(白菜、水菜) さつま揚げの煮付 青梗菜のピーナツ和え ゆずみそ ジョア	食パン コーンスープ ブレンオムレツ シーザーサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(わかめ、豆苗) 高野豆腐の煮物 オクラの和え物 ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(インゲン、玉ねぎ) ポイルウインナー 青梗菜の錦糸和え ふりかけ 牛乳	
昼食(定食)	米飯 コンソメ(豆苗、しいたけ) カレイのバター醤油焼き ベーコンとアスパラのソテー カラフルサラダ フルーツ(バナナ)	米飯 すまし汁(かまぼこ、みょうが) カニ玉 春巻き カリフラワーのサラダ あんみつ	米飯 味噌汁(豆腐、葉大根) 鶏肉のパン粉焼き じゃが芋の煮物 菜の花ときのこのマリネ フルーツ(黄桃缶)	米飯 味噌汁(舞茸、玉ねぎ) 豚肉塩ダレ炒め 鶏肉とごぼうの煮物 なすの生姜醤油かけ オレンジゼリー	米飯 すまし汁(卵豆腐、みつば) メバルの煮付け ほうれん草のソテー 蒸し鶏とキャベツの和え物 フルーツ(パイナップル)	米飯 味噌汁(エリンギ、小松菜) 豚肉の細切り炒め ブロッコリーのスープ煮 スパゲティサラダ フルーツ(キウイ)	米飯 すまし汁(はんぺん、水菜) 赤魚の煮付け 里芋の柚子味噌かけ 白菜の浅漬け フルーツ(オレンジ)	
夕食	米飯 味噌汁(エリンギ、小松菜) 豚肉キムチ炒め 里芋とこんにゃくの炒め煮 煮豆	米飯 すまし汁(竹の子、青ねぎ) ヒラスのチーズ焼き 冬瓜のかに風味あんかけ 漬物	米飯 中華スープ(なると、かいわれ) 根菜とイカ団子の甘酢あん ザーサイの和え物 昆布佃煮	米飯 すまし汁(はんぺん、ねぎ) さわらの照り焼き 酢味噌和え 漬物	米飯 味噌汁(南瓜、玉ねぎ) 鶏肉のハニーマスタード焼き 里芋の煮物 漬物	米飯 味噌汁(なす、油揚げ) ブリ大根 春菊のソテー あみ佃煮	米飯 味噌汁(なめこ、絹さや) 鶏肉のマヨ焼き しらす炒め 漬物	
朝食	米飯 味噌汁(さつまいも、青ねぎ) はんぺんの煮物 アスパラのサラダ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(かぶ、絹さや) 納豆 野菜炒め ジョア	米飯 味噌汁(白菜、油揚げ) 三角信田煮 おおか和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(かぼちゃ、葉大根) スクランブルエッグ もやしの胡麻ドレ和え 梅びしお 牛乳	米飯 味噌汁(かいわれ、じゃがいも) 炒り豆腐 めかぶ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(なす、たまねぎ) 温泉卵 豆乳つみれ煮 ヤクルト	米飯 味噌汁(里芋、みつば) がんもの煮物 小松菜のポン酢和え たいみそ ジョア	
昼食(定食)	きじ焼丼 すまし汁(椎茸、葉大根) 南瓜の煮物 青梗菜の和え物 フルーツヨーグルト	米飯 すまし汁(えのき、青ネギ) 鶏肉生姜醤油焼き ぜんまいの煮付 大根の柚子和え フルーツ(みかん缶)	米飯 コンソメスープ(セロリ・コーン) クリームシチュー インゲンソテー ブロッコリーサラダ フルーツ(りんご缶)	米飯 味噌汁(なめこ、にら) デミハンバーグ 切干大根の煮物 カリフラワーのサラダ ぶどうゼリー	米飯 味噌汁(かいわれ、じゃがいも) 炒り豆腐 めかぶ ふりかけ ヨーグルト	米飯 すまし汁(とろろ、水菜) さわらの竜田揚げ 青梗菜と海老のソテー アスパラの胡麻酢和え みかんヨーグルト	米飯 コーンスープ タラのタルタル焼き ピーマンと白滝の金平 チーズサラダ いちごババロア	
昼食(洋食)		米飯 すまし汁(えのき、青ネギ) サバの味噌煮 ぜんまいの煮付 大根の柚子和え フルーツ(みかん缶)	米飯 コンソメスープ(セロリ・コーン) 太刀魚の梅香焼き インゲンソテー ブロッコリーサラダ フルーツ(りんご缶)	米飯 味噌汁(なめこ、にら) 白身魚のきのこあんかけ 切干大根の煮物 カリフラワーのサラダ ぶどうゼリー				
夕食	米飯 すまし汁(麩、ニラ) 麻婆春雨 小松菜の中華ドレ和え 煮豆	米飯 味噌汁(里芋、かいわれ) サバの味噌煮 豆腐と菜の花の含め煮 煮豆	米飯 味噌汁(はんぺん、みつば) 太刀魚の梅香焼き 揚げ茄子の煮浸し 昆布佃煮	米飯 すまし汁(豆腐、みょうが) 白身魚のきのこあんかけ ほうれん草のからし和え あみ佃煮	米飯 中華スープ(きくらげ、万ねぎ) さんまのみぞれ煮 菜の花のたらこマヨ和え 鶏レバーの甘露煮	米飯 味噌汁(なると、かいわれ) 鶏肉の治部煮 ブロッコリーのガーリック炒め 漬物	米飯 すまし汁(麩、絹さや) 干草焼き 大根の和え物 漬物	
朝食	食パン コーンスープ グラタン 春菊のじゃこ和え ヨーグルト	米飯 味噌汁(かぼちゃ、ねぎ) 厚焼き玉子 ほうれん草のピーナツ和え ふりかけ ヨーグルト	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>デイサービスについては第2週と第4週(9日・13日・22日・26日の除く)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。</p> </div>					
昼食(定食)	菜飯 味噌汁(しめじ、玉ねぎ) 鶏肉の香味焼き たけのこの炒り煮 ちくわの酢の物 フルーツ(黄桃缶)	とんこつラーメン にらまんじゅう インゲンのシーフードサラダ プリン						
夕食	米飯 すまし汁(あおさ、葉大根) さわらの生姜煮 菜の花のお浸し 煮豆	米飯 味噌汁(油揚げ、青ねぎ) タラのコンソメスープ焼 鶏ごぼう煮 漬物						

