

令和四年度 クリスマスランチ

メニュー

- ・カラフルピラフ
- ・卵スープ
- ・ロールキャベツの
カレー風味
グラタン
- ・イタリアンサラダ
- ・ティラミス



特別養護老人ホーム

いわね潮の香園 令和四年十二月二十四日



特別養護老人ホーム

いわね潮の香園

社会福祉法人
梅香会

2023年01月 献立表

		1/1(日)						
朝食							米飯 味噌汁(冬瓜、葉大根) さわらの西京焼き 紅白なます ふりかけ ヨーグルト	
昼食(定食)							赤飯 雑煮風 刺身 豚の角煮 おせち盛り合わせ フルーツ(いちご)	
夕食							米飯 中華スープ(しいたけ、玉ねぎ) かに玉 春菊の和えもの 佃煮	
		1/2(月)	1/3(火)	1/4(水)	1/5(木)	1/6(金)	1/7(土)	1/8(日)
朝食	米飯 味噌汁(なめこ、にら) いか団子の煮物 茄子の和え物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(玉ねぎ、葉大根) 海鮮ステーキ キャベツの浅漬け ふりかけ ジュア	米飯 味噌汁(里芋、ニラ) 納豆 三色いなりの煮物 牛乳	食パン コーンスープ スクランブルエッグ そら豆のサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(あさり、青ネギ) 厚揚げの煮物 冷やしとろろ 梅びしお ヨーグルト	七草粥 味噌汁(南瓜、舞茸) はんぺんの煮物 いんげんのピーナツ和え ふりかけ ジュア	米飯 味噌汁(春菊、鮭) いわしの生姜煮 もずく酢 ふりかけ ヨーグルト	
昼食(定食)	炊き込みご飯 すまし汁(花魁、かいわれ) 松風焼き 野菜と海老の中華煮 オクラのおかか和え 抹茶パバロア	米飯 あおさ汁(あおさ、豆苗) 鶏肉の大葉照り焼き 冬瓜の煮物 ほうれん草のくるみ和え フルーツ(マンゴー)	米飯 味噌汁(大根、いんげん) 白身魚のパン粉焼き 南瓜のクリーム煮 青梗菜の辛子和え フルーツ(パイン缶)	中華丼 中華スープ(春雨、わかめ) じゃが芋とブロッコリーの炒め物 カニマサラダ 杏仁豆腐	米飯 味噌汁(しめじ・玉葱) チキン南蛮 豆腐と野菜の塩炒め 白菜サラダ フルーツ(洋ナシ缶)	米飯 すまし汁(かまぼこ、水菜) さわらの胡麻焼き しらたきの明太炒め 小松菜と桜海老のんにく塩和え フルーツ(白桃缶)	米飯 すまし汁(はんぺん、みつば) 牛肉の細切り炒め 大根のみそかけ スナッペンどうのツナ和え キャラメルプリン	
夕食	味噌汁(わかめ、青ネギ) 鮭のバター醤油焼き 切干大根の煮物 漬物	すまし汁(なると・しめじ) ブリの塩焼焼き もやしサラダ 佃煮	かき玉汁(卵、みつば) ポークチャップ 人参と糸こんにやくのナムル 漬物	米飯 味噌汁(小松菜、えのき) タラのマーメレード焼き アスパラの和え物 漬物	米飯 すまし汁(そうめん、葉大根) メバルの山椒焼き 春菊のわさび和え 煮豆	米飯 味噌汁(エリンギ、かいわれ) 豚肉のしくれ煮風 さつま芋サラダ 鶏レバー	米飯 中華スープ(ほうれん草、コーン) 豆腐ときのこの卵とじ 白菜の中華和え 漬物	
		1/9(月)	1/10(火)	1/11(水)	1/12(木)	1/13(金)	1/14(土)	1/15(日)
朝食	米飯 味噌汁(菜の花、ネギ) ミートボール カリフラワーサラダ ゆずみそ ジュア	米飯 味噌汁(キヌサヤ、わかめ) 大豆五目煮 春菊の塩昆布和え ふりかけ 牛乳 ジュア	米飯 味噌汁(キャベツ、人参) 厚焼き玉子 アスパラの和風和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(さつまいも、豆苗) さつま揚げの炒め煮 長芋の青じそ和え たいみそ ジュア	米飯 味噌汁(里芋、エリンギ) さんまの蒲焼 ほうれん草の梅和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ、ニラ) 納豆 野菜炒め 牛乳	米飯 味噌汁(青梗菜、大根) 温泉卵 高野豆腐の煮物 牛乳	
昼食(定食)	味噌ラーメン 野菜シューマイ 茄子の和えもの フルーツ(マンゴー)	米飯 味噌汁(じゃがいも、三つ葉) ささみの梅しそ竜田揚げ 卵の花 ブロッコリーのサラダ いちごムース	ポークカレー かぶのスープ煮 レタスサラダ ジュア	米飯 わかめスープ ホイコーロー 金平ごぼう 小松菜のナムル 牛乳寒天	米飯 すまし汁(そうめん、ネギ) 和風ハンバーグ こんにやくの炒め煮 スパゲッティサラダ メロンゼリー	米飯 味噌汁(茄子、えのき) あじの塩焼き 青梗菜の煮浸し ザーサイ和え フルーツ(りんご缶)	米飯 中華スープ(しいたけ、ベーコン) 鶏肉の香味焼き 蓮根のんにく炒め ねばねば和え フルーツ(みかん缶)	
昼食(洋食)		米飯 味噌汁(じゃがいも、三つ葉) カレイの粒マスタード焼き 卵の花 ブロッコリーのサラダ いちごムース		米飯 わかめスープ 白身魚のチーズ焼き 金平ごぼう 小松菜のナムル 牛乳寒天	米飯 すまし汁(そうめん、ネギ) 干草焼き こんにやくの炒め煮 スパゲッティサラダ メロンゼリー	米飯 味噌汁(茄子、えのき) 豚肉の生姜焼き 青梗菜の煮浸し ザーサイ和え フルーツ(りんご缶)		
夕食	米飯 すまし汁(あおさ、みょうが) さばの煮付け 春雨の酢の物 漬物	米飯 すまし汁(舞茸、かいわれ) カレイの粒マスタード焼き インゲンのソテー 佃煮	米飯 すまし汁(花魁、水菜) 鶏肉と白菜の粕煮 かぼちゃのサラダ 漬物	米飯 味噌汁(冬瓜、葉大根) 白身魚のチーズ焼き たけのこの煮物 煮豆	米飯 味噌汁(玉ねぎ、しめじ) 干草焼き 切り昆布の煮物 漬物	米飯 すまし汁(はんぺん、三つ葉) 豚肉の生姜焼き フレンチサラダ 漬物	米飯 すまし汁(あさり、葉大根) 赤魚の西京漬焼 ピーマンのおかか和え 漬物	
		1/16(月)	1/17(火)	1/18(水)	1/19(木)	1/20(金)	1/21(土)	1/22(日)
朝食	米飯 味噌汁(油揚げ、絹さや) ポイルウインナー 青梗菜のお浸し ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(白菜、みょうが) 海鮮ハンバーグ ブロッコリーのゆかり和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(南瓜、にら) 車麩の煮物 いんげんのピーナツ和え ふりかけ ジュア	米飯 味噌汁(冬瓜、三つ葉) ビーフンのソテー オクラのかにかま和え のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁(なめこ、絹さや) 牛乳 なすのスタミナ炒め キャベツの生姜和え マスカットゼリー	米飯 味噌汁(じゃがいも、水菜) 納豆 豆乳つみれの煮物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋、かいわれ) 花五目卵焼き 白菜のささみ和え ふりかけ ジュア	米飯 味噌汁(冬瓜、葉大根) 鶏つくねの煮物 茄子のみょうが和え ゆずみそ ヨーグルト
昼食(定食)	米飯 すまし汁(いんげん、玉葱) 鮭の照り焼き 竹輪の磯辺揚げ アスパラの胡麻味噌和え フルーチェ	米飯 コンソメスープ(ハム、セロリ) タラのカレー粉焼き ナポリタン 大根サラダ フルーツ(黄桃缶)	たぬきそば 豚キムチ炒め なめたけ和え りんごヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ、絹さや) 牛乳 なすのスタミナ炒め キャベツの生姜和え マスカットゼリー	米飯 すまし汁(湯葉、舞茸) ブリの竜田揚げ スナッペンどうの炒め物 柚子和え フルーツカクテル	米飯 味噌汁(椎茸、オクラ) 鶏肉の山椒焼き がんもの煮物 フレンチサラダ フルーツ(キウイ)	米飯 すまし汁(はんぺん、春菊) さばの胡麻焼き カリフラワーの炒め物 青梗菜のサラダ フルーツ(洋梨缶)	
夕食	米飯 味噌汁(里芋、青ネギ) 肉じゃが めかぶ 漬物	米飯 すまし汁(かまぼこ、オクラ) 鶏肉のコチュジャン焼き ごぼうサラダ 煮豆	米飯 すまし汁(豆腐、かいわれ) 白身魚のきのこあんかけ ポテトサラダ 漬物	米飯 味噌汁(さつま芋、玉ねぎ) カレイのみニエム もやしの和えもの 鶏レバー	米飯 味噌汁(舞茸、豆苗) 鶏肉のみぞれ煮 菜の花の和え物 漬物	米飯 味噌汁(あおさ、ネギ) 赤魚のマヨネーズ焼き 春菊の辛子和え 漬物	米飯 味噌汁(しめじ、みつば) 豆腐と豚肉の炒め物 南瓜のいとこ煮 漬物	
		1/23(月)	1/24(火)	1/25(水)	1/26(木)	1/27(金)	1/28(土)	1/29(日)
朝食	米飯 味噌汁(じゃが芋、青ネギ) 焼きさつま揚げ 玉ねぎの和え物 たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(里芋、みつば) かんぱちハンバーグ 春菊の胡麻和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(大根、葉大根) 温泉卵 レンゴンの煮物 ジュア	米飯 味噌汁(わかめ、玉ねぎ) 厚揚げの煮物 インゲンのたらこ和え のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ、もやし) 納豆 春雨の炒め物 牛乳	食パン ポタージュ オムレツ ブロッコリーのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(茄子、茗荷) さんまの甘露煮 大根のさっぱり和え ふりかけ ジュア	
昼食(定食)	米飯 味噌汁(小松菜、玉葱) 牛肉の卵とじ 白菜の中華煮 帆立と胡瓜の中華風和え フルーツ(マンゴー)	米飯 コーンスープ はんぺんチーズフライ 野菜のトマト煮 菜の花のツナ和え フルーツ(パイン缶)	米飯 卵スープ(卵、ネギ) 麻婆茄子 にら饅頭 キャベツの和えもの フルーツカクテル	米飯 ビーフカレー いんげんのソテー 海苔とささみのサラダ 野菜ジュース	ちらし寿司 すまし汁(花魁、三つ葉) 切干大根の煮物 小松菜の湯葉和え きなこムース	米飯 味噌汁(えのき、青梗菜) 鶏肉の葱焼き 海鮮団子の煮物 ほうれん草のピーナツ和え 青りんごゼリー	米飯 味噌汁(豆腐、ねぎ) 豚肉と野菜の炒め物 さつま芋のバター煮 アスパラのサラダ フルーツ(みかん缶)	
昼食(洋食)	米飯 味噌汁(小松菜、玉葱) さわらの生姜煮 白菜の中華煮 帆立と胡瓜の中華風和え フルーツ(マンゴー)	米飯 コーンスープ 豚肉マスタード炒め 野菜のトマト煮 菜の花のツナ和え フルーツ(パイン缶)	米飯 卵スープ(卵、ネギ) 太刀魚の塩焼焼き にら饅頭 キャベツの和えもの フルーツカクテル		米飯 味噌汁(えのき、青梗菜) メバルのさらさ蒸し 海鮮団子の煮物 ほうれん草のピーナツ和え 青りんごゼリー			
夕食	米飯 味噌汁(南瓜、豆苗) さわらの生姜煮 ほうれん草のわさび和え 鶏レバー	米飯 味噌汁(豆腐、ねぎ) 豚肉マスタード炒め アスパラサラダ 漬物	米飯 すまし汁(ゆば、豆苗) 太刀魚の塩焼焼き 根菜とちくわの煮物 煮豆	米飯 味噌汁(しめじ、かいわれ) タラのチリソース じゃがいもの炒め物 佃煮	米飯 味噌汁(白菜、油揚げ) 赤魚煮付け もやしの和え物 漬物	米飯 味噌汁(舞茸、葉大根) メバルのさらさ蒸し 白菜のナムル 煮豆	米飯 味噌汁(エリンギ、にら) ぎせい豆腐 ひじき煮 漬物	
		1/30(月)	1/31(火)	<p> デイサービスについては第2週と第4週(9日・11日・26日・27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。 </p>				
朝食	米飯 味噌汁(とろろ昆布、茗荷) はんぺんの煮物 青梗菜の和え物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(さつま芋、たまねぎ) 厚焼きたまご 小松菜の和えもの のり佃煮 ヨーグルト						
昼食(定食)	スタミナ丼 わかめスープ じゃが芋の海苔塩炒め ブロッコリーのサラダ フルーツ(マンゴー)	米飯 豚汁 鯖の塩焼き 高野豆腐の煮物 蓮根の梅おかか和え フルーツ(黄桃缶)						
夕食	米飯 すまし汁(なると、豆苗) タラの豆乳煮込み オクラの和えもの 漬物	米飯 すまし汁(花魁、みつば) 鶏肉の野菜マヨ焼き 冬瓜の柚子胡椒あん 佃煮						