

令和四年度

恵方巻きの日

お品書き

・のり巻きと  
いなり寿司

・すまし汁

・牛肉と  
じゃが芋の  
バター煮

・アボカドと  
帆立のサラダ

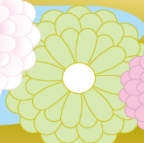
・梅ゼリー



特別養護老人ホーム  
いわね潮の香園

令和五年二月三日

特別養護老人ホーム  
社会福祉法人  
梅香会  
いわね潮の香園



# 2023年3月 献立表

		3/1(水)	3/2(木)	3/3(金)	3/4(土)	3/5(日)
朝食		米飯 味噌汁(大根、水菜) 焼きさつま揚げ 菜の花のお浸し ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(じゃが芋、豆苗) 厚焼き玉子 いんげんのピーナツ和え ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(キャベツ、人参) 切干大根煮 ブロッコリーのサラダ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(葉大根、里芋) かんぱちハンバーグ オクラのくるみ和え 梅びしお ジョア	米飯 味噌汁(かぼちゃ・油揚げ) 温泉卵 ほうれん草の煮浸し ヨーグルト
昼食(定食)		米飯 味噌汁(豆腐、三つ葉) 豚肉の生姜焼き 根菜煮 アスパラのサラダ フルーツ(黄桃缶)	米飯 味噌汁(かいわれ、エリンギ) カレイの梅山椒焼き しらたきのチャブチェ風 小松菜辛子マヨ和え フルーツヨーグルト	ちらし寿司(〇) すまし汁(花魁・青ネギ) 鶏肉の三色タルタル焼き 菜の花の和風サラダ 桜ロール	米飯 すまし汁(とろろ昆布・三つ葉) 豚肉と大根の甘辛煮 じゃが芋とピーマンの炒めもの 白和え フルーツ(洋梨缶)	米飯 すまし汁(なると、ニラ) サワラのカレー焼き こんにゃくと大豆の煮物 スナッペンどうのサラダ チョコパバロア
夕食		米飯 すまし汁(かまぼこ、みょうが) メバルのねぎ焼き 白菜の胡麻和え 漬物	米飯 すまし汁(そうめん、オクラ) 鶏肉のさっぱり煮 春菊のゆかり和え 漬物	米飯 味噌汁(春菊、しめじ) タラのキムチ煮 春雨の和えもの 佃煮	米飯 味噌汁(あさり、絹さや) 赤魚の塩焼き ぜんまいの煮物 漬物	米飯 すまし汁(わかめ、ねぎ) 鶏肉の味噌焼き 白菜とにんにくの芽の炒めもの 漬物
		3/6(月)	3/7(火)	3/8(水)	3/9(木)	3/10(金)
朝食		米飯 味噌汁(舞茸、水菜) 納豆 三色いなり煮 ジョア	食パン コーンスープ グラタン キャベツのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ、わかめ) ほっけのみりん焼き もやしの錦糸和え たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(人参、ほうれん草) ちくわの煮物 青梗菜生姜和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩、豆苗) スクランブルエッグ スナッペンどうのゆず和え ふりかけ ジョア
昼食(定食)		米飯 味噌汁(菜の花、玉葱) 鶏肉の胡麻高菜焼き きのこ玉子の炒め物 長芋とオクラの和え物 マスカットゼリー	米飯 中華スープ 八宝菜(非常食) 冬瓜の煮物 春雨の酢の物 フルーツ(マンゴー)	みそラーメン しゅうまい かにかまサラダ フルーツ(白桃缶)	ハヤシライス さつまいものソテー ツナサラダ 抹茶パバロア	米飯 味噌汁(白菜、葉大根) 鮭のバター醤油焼き マカロニグラタン ブロッコリーのサラダ フルーツ(みかん缶)
昼食(洋食)		米飯 味噌汁(菜の花、玉葱) 白身魚の甘酢あんかけ きのこ玉子の炒め物 長芋とオクラの和え物 マスカットゼリー	米飯 中華スープ さばのたらこチーズ焼き 冬瓜の煮物 春雨の酢の物 フルーツ(マンゴー)			米飯 味噌汁(白菜、葉大根) 鶏肉の胡麻焼き マカロニグラタン ブロッコリーのサラダ フルーツ(みかん缶)
夕食		米飯 すまし汁(かいわれ、茄子) 白身魚の甘酢あんかけ かぶと豚肉の中華風煮 漬物	米飯 味噌汁(油揚げ、三つ葉) さばのたらこチーズ焼き 春菊とザーサイの和え物 漬物	米飯 味噌汁(葉大根、さつま芋) 豆腐ステーキソースかけ カリフラワーサラダ 漬物	米飯 すまし汁(あおさ、水菜) 赤魚のさらさ蒸し 小松菜の和え物 佃煮	米飯 すまし汁(絹さや、はんぺん) 鶏肉の胡麻焼き ひじき煮 漬物
		3/13(月)	3/14(火)	3/15(水)	3/16(木)	3/17(金)
朝食		米飯 味噌汁(もやし、人参) オムレツ シーザーサラダ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(玉葱、菜の花) 炒り豆腐 春菊のピーナツ和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(キャベツ、三つ葉) 納豆 小松菜の煮浸し 牛乳	米飯 味噌汁(舞茸、葉大根) さつま揚げの煮物 ほうれん草のささみ和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(もやし、小松菜) がんもの煮物 冷やしとろろ ふりかけ ヨーグルト
昼食(定食)		米飯 味噌汁(豆腐、大根菜) メバル唐揚げ じゃが芋の煮物 ごぼうサラダ フルーツ(バナナ)	米飯 パンキンスープ 煮込みハンバーグ アスパラ炒め そら豆のサラダ フルーツ(オレンジ)	牛丼 すまし汁(とろろ昆布、絹さや) 白菜の中華クリーム煮 ほうれん草のごま和え フルーツ(りんご缶)	肉そば たけのこのにんにく炒め 明太サラダ マンゴーゼリー	チキンカレーライス 茄子の炒め物 スパゲティサラダ フルーツ(フルーツカクテル缶)
夕食		米飯 味噌汁(なめこ、ニラ) 鶏肉のマスタード焼き 青梗菜としらすの炒め物 漬物	米飯 味噌汁(エリンギ、いんげん) さばの塩焼き フキの煮物 佃煮	米飯 コンソメスープ(マッシュルーム、人参) 白身魚のマヨ粉焼き セロリマリネ 煮豆	米飯 すまし汁(豆苗、オクラ) タラのマヨコーン焼き 菜の花のわさび和え 漬物	米飯 すまし汁(麩、青ネギ) 赤魚の西京焼き 白菜の青じそ和え 漬物
		3/20(月)	3/21(火)	3/22(水)	3/23(木)	3/24(金)
朝食		米飯 味噌汁(白菜、オクラ) 肉詰めいなり煮 スナッペンどうらサラダ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(かぶ、葉大根) さんまのみぞれ煮 キャベツの塩昆布和え ゆずみそ ジョア	米飯 味噌汁(豆腐、油揚げ) ミートボール もやしのゆかり和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(絹さや、なめこ) 納豆 青梗菜と帆立の煮物 ジョア	米飯 味噌汁(南瓜、青ネギ) 海鮮ハンバーグ 白菜の和え物 ふりかけ 牛乳
昼食(定食)		米飯 すまし汁(舞茸、青ネギ) 牛肉のピビンバ風炒め 野菜しゅうまい いんげんとしらすのお浸し プリン	チャーハン 中華コーンスープ にら饅頭 グリーンサラダ フルーツ(フルーツカクテル)	米飯 すまし汁(梅干、とろろ昆布) 太刀魚のネギ味噌焼 イカと里芋の煮物 なめたけ和え パニナパバロア	米飯 味噌汁(わかめ、玉葱) 豚肉のオイスターソース炒め 茄子の煮浸し 酢の物 フルーツ(みかん缶)	米飯 すまし汁(麩、かいわれ) さばの味噌煮 竹の子と山菜の煮物 冷やしとろろ フルーツ(マンゴー)
昼食(洋食)		米飯 すまし汁(舞茸、青ネギ) ホッケの粕漬焼き 野菜しゅうまい いんげんとしらすのお浸し プリン		米飯 すまし汁(梅干、とろろ昆布) クリームシチュー イカと里芋の煮物 なめたけ和え パニナパバロア	米飯 味噌汁(わかめ、玉葱) かに玉 茄子の煮浸し 酢の物 フルーツ(みかん缶)	米飯 すまし汁(麩、かいわれ) 豚肉キムチ 竹の子と山菜の煮物 冷やしとろろ フルーツ(マンゴー)
夕食		米飯 味噌汁(里芋、三つ葉) ホッケの粕漬焼き 大根のかにかまあんかけ 漬物	米飯 すまし汁(なす、かいわれ) エビ団子と野菜の煮物 ほうれん草のさっぱり和え 煮豆	米飯 コンソメスープ(しいたけ、人参) クリームシチュー カリフラワーのサラダ 漬物	米飯 中華スープ(春雨、ニラ) かに玉 小松菜のザーサイ和え 佃煮	米飯 すまし汁(そうめん、水菜) 豚肉キムチ そら豆サラダ 漬物
		3/27(月)	3/28(火)	3/29(水)	3/30(木)	3/31(金)
朝食		米飯 味噌汁(もやし、かいわれ) ちくわの煮物 ほうれん草の和え物 うめびしお ヨーグルト	米飯 味噌汁(じゃがいも、水菜) 卵の花 春菊のピーナツ和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(青ネギ、かぼちゃ) 納豆 青梗菜の炒め物 牛乳	食パン コーンスープ ポイルワインナー いんげんのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(豆腐、絹さや) 厚焼き玉子 オクラの青じそ和え ふりかけ ジョア
昼食(定食)		米飯 あおさ汁(あおさ、茗荷) 揚げ豆腐そぼろあん インゲンの炒め物 白菜のわさびマヨ和え フルーツ(キウイ)	米飯 味噌汁(えのき、わかめ) 白身魚のピザソース焼き ブロッコリーとベーコンのスープ煮 マカロニサラダ フルーツ(りんご缶)	米飯 味噌汁(かぶ、豆苗) 豚肉のおろし煮 スナッペンどうの炒め物 めかぶ フルーツ(白桃缶)	米飯 味噌汁(春菊、油揚げ) 鶏肉のカラフル野菜焼き 里芋の煮ころがし ひじきのサラダ いちごプリン	ポークカレーライス あさりと菜の花の Pasta チーズサラダ ヤクルト
夕食		米飯 すまし汁(ニラ、舞茸) ブリ大根 茄子のおかか和え 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、大根菜) 豚肉野菜炒め 小松菜といかのサラダ 漬物	米飯 すまし汁(かいわれ、なると) 赤魚のきのことあんかけ 小松菜の明太サラダ 鶏レバー	米飯 すまし汁(しめじ、キャベツ) さわらの香味焼き 春雨のピリ辛炒め 佃煮	米飯 すまし汁(豆苗、あおさ) おでん風煮 白滝の金平 煮豆

デイサービスについては第2週と第4週(8日・9日・21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。