

## おせち料理

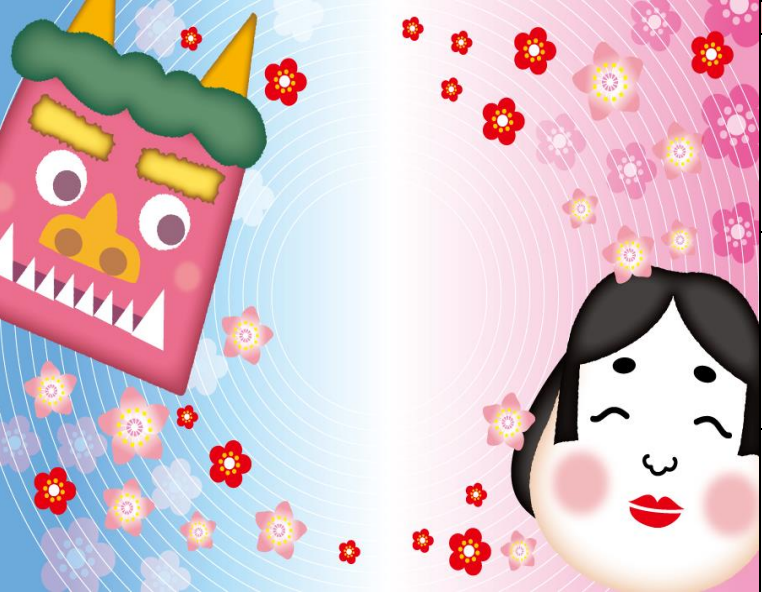
- ❁ お赤飯
- ❁ お刺身紅白盛り  
まぐろ  
鯛
- ❁ 天ぷら盛り合わせ
- ❁ おせち盛り合わせ  
寿蒲鉾  
昆布巻  
伊達巻  
花ちりめ  
煮豆
- ❁ 茶碗蒸し
- ❁ 雑煮風おすまし
- ❁ お餅風ムース  
(みたらし・ずんだ餡)



特別養護老人ホーム 矢那梅の香園  
令和6年 1月1日



2024年2月 献立表

|                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div></div><div></div></div> |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                | 2/1(木)                                                                                                                                          | 2/2(金)                                                                                                                                     | 2/3(土)                                                                                                                                               | 2/4(日)                                                                                                                                                 |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                 |
| 朝食                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                | 食パン<br>コンソメスープ (ベーコン、インゲン)<br>オムレツ<br>小松菜のドレッシング和え<br>ヨーグルト  | 米飯<br>味噌汁 (南瓜、しめじ)<br>納豆<br>冬瓜の煮物<br>牛乳                                                                                                    | 米飯<br>味噌汁 (里芋、絹サヤ)<br>野菜炒め<br>ブロッコリーのサラダ<br>のり佃煮<br>ジョア                                                                                              | 米飯<br>味噌汁 (わかめ、じゃが芋)<br>竹輪の煮物<br>春菊のピーナツ和え<br>ふりかけ<br>牛乳                                                                                               |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                 |
| 昼食                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                | 味噌ラーメン<br>えびシュウマイ<br>ピリ辛ナムル<br>牛乳寒天                                                                                                             | 恵方巻き・切干いなり<br>つみれ汁<br>鯛とサーモンのヨーグルトソース<br>牛焼きしゃぶ ごぼうとバルサミコソース<br>白身魚のから揚げと野菜の天ぷらチリソース<br>きな粉のパンナコッタ                                         | 米飯<br>すまし汁 (ほうれん草、椎茸)<br>鶏肉の味噌焼き<br>菜の花のごま炒め<br>さつま芋サラダ                                                                                              | 米飯<br>すまし汁 (エリンギ・かいわれ)<br>豆腐と豚肉の旨煮<br>イカのオイスターソース炒め<br>フルーツ (オレンジ)  |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                 |
| 夕食                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                | 米飯<br>味噌汁 (油揚げ、オクラ)<br>豆腐ハンバーグのきのこあんかけ<br>茄子とピーマンの炒め物<br>漬物                                                                                     | 米飯<br>すまし汁 (かまぼこ、水菜)<br>豚肉治部煮<br>もずく酢 <br>漬物            | 米飯<br>すまし汁 (白菜、青ネギ)<br>赤魚の粕漬け焼き<br>ぜんまいの煮物<br>煮豆                                                                                                     | 米飯<br>味噌汁 (なす、豆苗)<br>白身魚の和風あんかけ<br>刻み昆布の煮物<br>漬物                                                                                                       |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                      | 2/5(月)                                                                                                                                         | 2/6(火)                                                                                                                                          | 2/7(水)                                                                                                                                     | 2/8(木)                                                                                                                                               | 2/9(金)                                                                                                                                                 | 2/10(土)                                                                                                                                       | 2/11(日)                                                                                                                                         |
| 朝食                                                                                                                                                                                                   | ロールパン<br>コンソメスープ (白菜、ハム)<br>スクランブルエッグ<br>スナックピースサラダ<br>ヨーグルト  | 米飯<br>味噌汁 (青梗菜、人参)<br>海老団子の中華煮<br>ブロッコリーとさつま芋のサラダ<br>ゆずみそ<br>牛乳                                                                                 | 米飯<br>味噌汁 (なめこ、葉大根)<br>はんぺんのバター醤油焼き<br>大根のゆかり和え<br>ふりかけ<br>ジョア                                                                             | 米飯<br>味噌汁 (玉葱、人参)<br>納豆<br>さつま揚げの煮物<br>ヨーグルト                                                                                                         | 米飯<br>味噌汁 (もやし、青ネギ)<br>豆乳つみれ煮<br>スナックえんどうの梅マヨ和え<br>たいみそ<br>牛乳                                                                                          | 米飯<br>味噌汁 (麩、キヌサヤ)<br>ピーマン炒め<br>白菜の和え物<br>梅びしお<br>ジョア                                                                                         | 米飯<br>味噌汁 (えのき、豆苗)<br>三色しのだの煮物<br>オクラのドレッシング和え<br>のり佃煮<br>牛乳                                                                                    |
| 昼食                                                                                                                                                                                                   | 米飯<br>味噌汁 (油揚げ、ネギ)<br>さわらの南蛮漬け<br>厚揚げの生姜味噌炒め<br>オクラのなめたけ和え                                                                                     | 米飯<br>味噌汁 (まいたけ、水菜)<br>豚肉生姜焼き<br>ごぼうの明太マヨサラダ<br>フルーツ (黄桃缶)                                                                                      | 米飯<br>豚汁 <br>マグロの刺身<br>白身魚のかぶら蒸し 蟹あんかけ<br>蒸し鶏と春野菜の胡麻味噌和え | 米飯<br>もずくスープ<br>アジの磯辺焼<br>ブロッコリーの炒め物<br>フルーツ (洋梨缶)                                                                                                   | カレーライス<br>シーザーサラダ<br>フルーツ (キウイ) <br>ヤクルト                           | 米飯<br>すまし汁 (花麩、豆苗)<br>赤魚の甘味噌焼き<br>長芋の七味和え<br>フルーツ (パイナップル缶)                                                                                   | 米飯<br>すまし汁 (あおさ、かいわれ)<br>豚玉煮<br>小松菜とあさりの煮浸し<br>いちごババロア                                                                                          |
| 夕食                                                                                                                                                                                                   | 米飯<br>味噌汁 (豆腐、なめこ)<br>鶏肉みぞれ煮<br>菜の花の辛子和え<br>佃煮                                                                                                 | 米飯<br>すまし汁 (とろろ、三つ葉)<br>サバの山椒焼き<br>きのこの炒め物<br>漬物                                                                                                | 米飯<br>すまし汁 (カマボコ、かいわれ)<br>八宝菜<br>春雨の酢の物<br>煮豆                                                                                              | 米飯<br>味噌汁 (エリンギ、水菜)<br>豚肉と野菜のブルコギ風炒め<br>キャベツのしそ和え<br>佃煮                                                                                              | 米飯<br>味噌汁 (菜の花、長葱)<br>ブリ大根<br>海草サラダ<br>漬物                                                                                                              | 米飯<br>中華コーンスープ<br>麻婆茄子<br>しゅうまい <br>ザーサイ                 | 米飯<br>味噌汁 (白菜、油揚げ)<br>白身魚の生姜焼き<br>さつま芋サラダ<br>佃煮                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                      | 2/12(月)                                                                                                                                        | 2/13(火)                                                                                                                                         | 2/14(水)                                                                                                                                    | 2/15(木)                                                                                                                                              | 2/16(金)                                                                                                                                                | 2/17(土)                                                                                                                                       | 2/18(日)                                                                                                                                         |
| 朝食                                                                                                                                                                                                   | 米飯<br>味噌汁 (しめじ、チンゲン菜)<br>魚肉ソーセージ炒め<br>ほうれん草のわさび和え<br>たいみそ<br>ヨーグルト                                                                             | 米飯<br>味噌汁 (白菜、キヌサヤ)<br>厚揚げの煮物<br>菜の花のツナ和え<br>梅びしお <br>牛乳     | 米飯<br>味噌汁 (キャベツ、青ネギ)<br>納豆<br>車麩の煮物<br>ジョア                                                                                                 | 米飯<br>味噌汁 (えのき、水菜)<br>さんまのみぞれ煮<br>インゲンの辛子醤油和え<br>ふりかけ<br>ヨーグルト  | 米飯<br>味噌汁 (里芋、ネギ)<br>さつま揚げの煮物<br>ほうれん草のお浸し<br>ゆずみそ<br>牛乳                                                                                               | 食パン<br>コンソメスープ (セロリ、人参)<br>オムレツ<br>ブロッコリーのマヨ和え<br>ジョア                                                                                         | 米飯<br>味噌汁 (油揚げ、豆苗)<br>納豆<br>ピーマン炒め物<br>ヨーグルト                                                                                                    |
| 昼食                                                                                                                                                                                                   | 米飯<br>すまし汁 (花麩、水菜)<br>鶏肉の柚子焼き<br>南瓜の甘煮 <br>フルーツ (バナナ)       | 米飯<br>コンソメスープ (カリフラワー、人参)<br>豚肉と茄子のさっぱり炒め<br>金平ごぼう<br>フルーツ (カクテル缶)                                                                              | 米飯<br>味噌汁 (キャベツ、青ネギ)<br>パンパキンスープ<br>スパニッシュオムレツ<br>レンコンサラダ<br>チョコババロア                                                                       | 米飯<br>味噌汁 (さつま芋、葉大根)<br>鶏のから揚げ<br>春菊の煮浸し<br>大根のゆかり和え                                                                                                 | 米飯<br>すまし汁 (はんぺん、青ネギ)<br>白身魚の野菜あんかけ<br>カリフラワーとウインナーのソテー<br>フルーツ (洋梨缶)                                                                                  | 米飯<br>コーンスープ <br>タンドリーチキン<br>小松菜とベーコンのパスタ<br>フルーツ (りんご缶) | 米飯<br>味噌汁 (なめこ、三つ葉)<br>メパルの煮付け<br>白菜のお浸し<br>白和え                                                                                                 |
| 夕食                                                                                                                                                                                                   | 麦ごはん<br>鮭粕汁<br>ぎせい豆腐<br>冬瓜とさつま揚げの煮物<br>煮豆                                                                                                      | 米飯<br>味噌汁 (じゃがいも、玉葱)<br>さばの塩焼き<br>きのこの炒め物<br>鶏レバー                                                                                               | 米飯<br>すまし汁 (麩、三つ葉)<br>豚肉の旨煮<br>茄子の生姜あんかけ <br>漬物         | 米飯<br>すまし汁 (豆苗、わかめ)<br>野菜と豆腐の味噌煮<br>白菜の和えもの<br>煮豆                                                                                                    | 米飯<br>味噌汁 (なめこ、油揚げ)<br>鶏肉の照り焼き<br>しらたきの塩炒め <br>漬物                 | 米飯<br>味噌汁 (春菊、玉葱)<br>おでん風煮<br>わかめの酢の物<br>漬物                                                                                                   | 米飯<br>すまし汁 (茄子、ネギ)<br>鶏肉のさっぱり煮<br>キャベツの炒め物<br>煮豆                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                      | 2/19(月)                                                                                                                                        | 2/20(火)                                                                                                                                         | 2/21(水)                                                                                                                                    | 2/22(木)                                                                                                                                              | 2/23(金)                                                                                                                                                | 2/24(土)                                                                                                                                       | 2/25(日)                                                                                                                                         |
| 朝食                                                                                                                                                                                                   | 米飯<br>味噌汁 (さつまいも、玉葱)<br>いわしのつみれ煮<br>小松菜の胡麻和え<br>たいみそ<br>牛乳                                                                                     | 米飯<br>味噌汁 (しめじ、チンゲン菜)<br>ベーコンと野菜の炒めもの<br>白菜のお浸し<br>ふりかけ<br>ジョア                                                                                  | 米飯<br>味噌汁 (えのき、かいわれ)<br>さんまの甘露煮<br>いんげんのおかか和え<br>ゆずみそ<br>ヨーグルト                                                                             | 食パン<br>コッパスー (マッシュルーム、コーン)<br>スクランブルエッグ<br>マカロニサラダ<br>牛乳                                                                                             | 米飯<br>味噌汁 (エリンギ、葉大根)<br>卵の花煮<br>ブロッコリーのピーナツ和え<br>梅びしお<br>ジョア      | 米飯<br>味噌汁 (ほうれん草、油揚げ)<br>鶏五目煮豆<br>おくらの和え物<br>ふりかけ<br>ヨーグルト                                                                                    | 米飯<br>味噌汁 (玉葱、わかめ)<br>高野豆腐の煮物<br>小松菜の柚子胡椒和え<br>のり佃煮<br>牛乳                                                                                       |
| 昼食                                                                                                                                                                                                   | かき玉うどん<br>かき揚げ<br>オクラの和えもの<br>フルーツ (キウイ)                    | 米飯<br>ワントンスープ<br>麻婆豆腐<br>昆布と胡瓜の甘酢生姜和え<br>フルーツ (白桃缶)                                                                                             | ひじきご飯<br>味噌汁 (花麩・水菜)<br>鶏肉の照り焼き<br>ごぼうサラダ<br>杏仁豆腐                                                                                          | 米飯<br>味噌汁 (しめじ、じゃが芋)<br>和風ハンバーグ<br>カリフラワーのサラダ<br>フルーツ (カクテル缶)                                                                                        | 米飯<br>味噌汁 (なめこ、豆腐)<br>鶏肉のクリームソースかけ<br>菜の花のサラダ<br>フルーツヨーグルト                                                                                             | 米飯<br>すまし汁 (絹サヤ、花麩)<br>カレーの唐揚げ<br>里芋の味噌炒め<br>白菜の塩昆布和え                                                                                         | 米飯<br>味噌汁 (豆腐、かいわれ)<br>鶏肉の梅香焼き<br>じゃが芋のたらこ炒め<br>ブロッコリーサラダ  |
| 夕食                                                                                                                                                                                                   | 米飯<br>すまし汁 (豆腐、葉大根)<br>豚肉のにんにく塩炒め<br>ブロッコリーのおかか和え<br>佃煮                                                                                        | 米飯<br>すまし汁 (ほうれん草、人参)<br>サワラの味噌煮<br>スナックエンドウのサラダ<br>漬物                                                                                          | 米飯<br>中華スープ (もやし・ニラ)<br>タラの野菜蒸し <br>春菊の中華和え<br>鶏レバー     | 米飯<br>味噌汁 (生揚げ、ネギ)<br>アジの七味焼き<br>大根の浅漬け<br>煮豆                                                                                                        | 麦ご飯<br>すまし汁 (はんぺん、水菜)<br>赤魚西京焼き<br>きのこ炒め<br>とろろ芋                                                                                                       | 米飯<br>中華スープ (なると、青ネギ)<br>豚肉と卵の中華炒め <br>茄子のカニあんかけ<br>漬物   | 菜飯<br>すまし汁 (麩、水菜)<br>ぶりの南部焼き<br>キャベツのしらす和え<br>煮豆                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                      | 2/26(月)                                                                                                                                        | 2/27(火)                                                                                                                                         | 2/28(水)                                                                                                                                    | 2/29(木)                                                                                                                                              | <div><div></div></div>                                            |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                 |
| 朝食                                                                                                                                                                                                   | 米飯<br>すまし汁 (とろろ昆布、長葱)<br>納豆<br>もやしの炒め物 <br>ヨーグルト            | 米飯<br>味噌汁 (里芋、豆苗)<br>いわし生姜煮<br>チンゲン菜なめたけ和え<br>ゆずみそ<br>ジョア                                                                                       | 米飯<br>味噌汁 (椎茸、水菜)<br>三色しのだの煮物<br>アスパラのサラダ<br>ふりかけ<br>ヨーグルト                                                                                 | 米飯<br>味噌汁 (じゃが芋、青ネギ)<br>はんぺんと野菜の炒めもの<br>ほうれん草のピーナツ和え<br>梅びしお<br>ジョア                                                                                  |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                 |
| 昼食                                                                                                                                                                                                   | 米飯<br>すまし汁 (たけのこ・柚子)<br>サバのねぎ塩焼き<br>さつまいもとエリンギのバター炒め<br>フルーツ (りんご缶)                                                                            | 三色丼<br>味噌汁 (かぶ、葉大根)<br>五目巾着の煮物<br>トマトとわかめのサラダ                                                                                                   | 米飯<br>すまし汁 (花麩、絹さや)<br>回鍋肉<br>南瓜と枝豆の煮物<br>フルーツ (みかん缶)                                                                                      | 米飯<br>すまし汁 (かまぼこ、三つ葉)<br>鶏肉の山椒焼き<br>しらたきのチャプチェ風<br>蓮根辛子マヨ和え                                                                                          |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                 |
| 夕食                                                                                                                                                                                                   | 米飯<br>味噌汁 (なめこ、三つ葉)<br>厚揚げと茄子のピリ辛炒め<br>ほうれん草のわさび和え<br>鶏レバー                                                                                     | 米飯<br>すまし汁 (かまぼこ、かいわれ)<br>カレイのおろし煮<br>冬瓜のカニあんかけ<br>漬物                                                                                           | 米飯<br>わかめスープ <br>かに玉<br>白菜のゆかり和え<br>佃煮                  | 米飯<br>すまし汁 (菜の花、椎茸)<br>ホキの煮つけ<br>春菊の胡麻和え<br>漬物                                                                                                       |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                 |