

2024年2月 献立表



2/3 節分		2/1(木)		2/2(金)		2/3(土)		2/4(日)	
		米飯 味噌汁(白菜、インゲン) オムレツ 小松菜のドレッシング和え 梅びしお ヨーグルト		米飯 味噌汁(南瓜、しめじ) 納豆 冬瓜の煮物 牛乳		米飯 味噌汁(里芋、絹サヤ) 野菜炒め ブロッコリーのサラダ のり佃煮 ジョア		米飯 味噌汁(わかめ、じゃが芋) 竹輪の煮物 春菊のピーナツ和え ふりかけ 牛乳	
米飯 味噌汁(油揚げ、ネギ) さわらの南蛮漬け 厚揚げの生姜味噌炒め オクラのなめたけ和え		米飯 味噌汁(まいたけ、水菜) 豚肉生姜焼き ごぼうの明太マヨサラダ フルーツ(黄桃缶)		米飯 味噌汁(なめこ、葉大根) はんぺんのバター醤油焼き 大根のゆかり和え ふりかけ ジョア		米飯 すまし汁(ほうれん草、椎茸) 鶏肉の味噌焼き 菜の花のごま炒め さつま芋サラダ		米飯 すまし汁(エリンギ、かいわれ) 豆腐と豚肉の旨煮 イカのオイスターソース炒め フルーツ(オレンジ)	
米飯 味噌汁(油揚げ、ネギ) 鶏肉みぞれ煮 厚揚げの生姜味噌炒め オクラのなめたけ和え		米飯 味噌汁(まいたけ、水菜) サバの山椒焼き ごぼうの明太マヨサラダ フルーツ(黄桃缶)		米飯 味噌汁(玉葱、人参) 納豆 さつま揚げの煮物 ヨーグルト		米飯 味噌汁(もやし、青ネギ) 豆腐つみれ煮 スナップえんどうの梅マヨ和え たいみそ 牛乳		米飯 味噌汁(麩、キヌサヤ) ビーフン炒め 白菜の和え物 ふりかけ ジョア	
米飯 味噌汁(豆腐、なめこ) 鶏肉みぞれ煮 菜の花の辛子和え 佃煮		米飯 すまし汁(とろろ、三つ葉) サバの山椒焼き きこの炒め物 漬物		米飯 味噌汁(エリンギ、水菜) 豚肉と野菜のブルコギ風炒め キャベツのしそ和え 佃煮		米飯 味噌汁(菜の花、長葱) ブリ大根 海藻サラダ 漬物		米飯 すまし汁(そうめん、豆腐) 麻婆茄子 長芋の七味和え フルーツ(ハイン缶)	
米飯 味噌汁(しめじ、チンゲン菜) 魚肉ソーセージ炒め ほうれん草のわさび和え たいみそ ヨーグルト		米飯 味噌汁(白菜、キヌサヤ) 厚揚げの煮物 菜の花のツナ和え 梅びしお 牛乳		米飯 味噌汁(キャベツ、青ネギ) 納豆 車麩の煮物 ジョア		米飯 味噌汁(里芋、ネギ) さつま揚げの煮物 ほうれん草のお浸し ゆずみそ ヨーグルト		米飯 味噌汁(茄子、ニラ) オムレツ ブロッコリーのマヨ和え 梅びしお ジョア	
米飯 すまし汁(花魁、水菜) 鶏肉の柚子焼き 南瓜の甘煮 フルーツ(バナナ)		米飯 コンソメスープ(カリフラワー、人参) 豚肉と茄子のさっぱり炒め 金平ごぼう フルーツ(バナナ)		米飯 味噌汁(えのき、かいわれ) さんまの甘露煮 いんげんのおかか和え ゆずみそ ヨーグルト		米飯 味噌汁(さつま芋、葉大根) 鶏のから揚げ 春菊の煮浸し 大根のゆかり和え		米飯 すまし汁(はんぺん、青ネギ) 白身魚の野菜あんかけ カリフラワーとウインナーのソテー フルーツ(洋梨缶)	
わかめごはん 鮭粕汁 ぎせい豆腐 冬瓜とさつま揚げの煮物 煮豆		米飯 味噌汁(じゃがいも、玉葱) さばの塩焼き きこの炒め物 鶏レバー		米飯 すまし汁(麩、三つ葉) 豚肉の旨煮 茄子の生姜あんかけ 漬物		米飯 すまし汁(豆苗、わかめ) 野菜と豆腐の味噌煮 白菜の和えもの 煮豆		米飯 味噌汁(なめこ、油揚げ) 鶏肉の照り焼き しらたきの塩炒め 漬物	
米飯 味噌汁(さつまいも、玉葱) いわしのつみれ煮 小松菜の胡麻和え たいみそ 牛乳		米飯 味噌汁(しめじ、チンゲン菜) ベーコンと野菜の炒めもの 白菜のお浸し ふりかけ ジョア		米飯 味噌汁(えのき、かいわれ) さんまの甘露煮 いんげんのおかか和え ゆずみそ ヨーグルト		米飯 味噌汁(しめじ、じゃが芋) 和風ハンバーグ インゲンのサラダ フルーツ(カクテル缶)		米飯 味噌汁(エリンギ、葉大根) 卵の花煮 いんげんのピーナツ和え 梅びしお ジョア	
かき玉うどん かき揚げ オクラの和えもの フルーツ(キウイ)		米飯 ワンタンスープ 麻婆豆腐 昆布と胡瓜の甘酢生姜和え フルーツ(白桃缶)		米飯 味噌汁(花魁・水菜) 鶏肉の照り焼き ごぼうサラダ 杏仁豆腐		米飯 味噌汁(しめじ、じゃが芋) 和風ハンバーグ インゲンのサラダ フルーツ(カクテル缶)		米飯 味噌汁(なめこ、豆腐) 鶏肉のクリームソースかけ 菜の花のサラダ フルーツヨーグルト	
米飯 すまし汁(豆腐、葉大根) 豚肉のにんにく塩炒め ブロッコリーのおかか和え 佃煮		米飯 すまし汁(ほうれん草、人参) サワラの味噌煮 スナップエンドウのサラダ 漬物		米飯 中華スープ(もやし・ニラ) 八宝菜 春菊の中華和え 鶏レバー		米飯 味噌汁(生揚げ、ネギ) アジの七味焼き インゲンのサラダ フルーツ(カクテル缶)		米飯 味噌汁(なめこ、豆腐) 赤魚西京焼き 菜の花のサラダ フルーツヨーグルト	
米飯 すまし汁(とろろ昆布、長葱) 納豆 もやしの炒め物 ヨーグルト		米飯 味噌汁(里芋、豆腐) いわし生姜煮 チンゲン菜なめたけ和え ゆずみそ ジョア		米飯 味噌汁(椎茸、水菜) 三色しのだの煮物 アスパラのサラダ ふりかけ ヨーグルト		米飯 味噌汁(じゃが芋、青ネギ) はんぺんと野菜の炒めもの ほうれん草のピーナツ和え ふりかけ ジョア		米飯 すまし汁(玉葱、わかめ) 高野豆腐の煮物 小松菜の柚子胡椒和え のり佃煮 牛乳	
米飯 すまし汁(たけのこ・柚子) サバのねぎ塩焼き さつまいもとエリンギのバター炒め フルーツ(りんご缶)		米飯 味噌汁(かぶ、葉大根) 五目巾着の煮物 トマトとわかめのサラダ フルーツ(みかん缶)		米飯 すまし汁(花魁、絹さや) 回鍋肉 南瓜と枝豆の煮物 フルーツ(みかん缶)		米飯 すまし汁(かまぼこ、三つ葉) 鶏肉の山椒焼き しらたきのチャブチェ風 蓮根辛子マヨ和え		米飯 すまし汁(そうめん、豆腐) 麻婆茄子 長芋の七味和え フルーツ(ハイン缶)	
米飯 味噌汁(なめこ、三つ葉) 厚揚げと茄子のピリ辛炒め ほうれん草のわさび和え 鶏レバー		米飯 すまし汁(かまぼこ、かいわれ) カレイのおろし煮 冬瓜のカニあんかけ 漬物		米飯 わかめスープ かに玉 白菜のゆかり和え 佃煮		米飯 すまし汁(菜の花、椎茸) すきの煮つけ 春菊の胡麻和え 漬物		米飯 味噌汁(豆腐、かいわれ) 鶏肉の梅香焼き じゃが芋のたらこ炒め ブロッコリーサラダ	

デイサービスについては第2週と第4週(7日・9日・19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。