

# 令和五年度 節分御膳

## お品書き

・ 恵方巻きと  
いなり寿司

・ つみれ汁

・ 大豆の五目煮

・ 春菊のお浸し

・ フルーツ  
(カクテル缶)



特別養護老人ホーム  
いわね潮の香園

令和六年二月二日



# 2024年3月 献立表



		3/1(金)		3/2(土)		3/3(日)									
朝食	<p>デイサービスについては第2週と第4週（4日・7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。</p>	食パン コーンスープ オムレツ ブロッコリーのサラダ 牛乳		米飯 味噌汁(白菜、里芋) かんぱちハンバーグ インゲンのくるみ和え たいみそ ジョア		米飯 味噌汁(かぼちゃ・油揚げ) 温泉玉子 ほうれん草の煮浸し 牛乳									
昼食(定食)		米飯 味噌汁(わかめ、ネギ) 鶏肉の生姜焼き きのこと玉子の炒め物 マスカットゼリー		米飯 すまし汁(なると、水菜) 豚肉と大根の甘辛煮 じゃが芋と海老の炒めもの 白和え		米飯 すまし汁(とろろ昆布・三つ葉) サバの甘酢あんかけ 大豆の田舎煮 スナックえんどうのサラダ									
夕食		米飯 味噌汁(春菊、えのき) タラの七味焼き 春雨の和えもの 佃煮		米飯 味噌汁(あさり、玉葱) サワラのカレー焼き ぜんまいの煮物 漬物		米飯 すまし汁(麩、葉大根) 鶏肉の味噌マヨ焼き しらたきとピーマンの炒めもの 漬物									
		3/4(月)		3/5(火)		3/6(水)		3/7(木)		3/8(金)		3/9(土)		3/10(日)	
朝食	米飯 味噌汁(わかめ、麩) ほっけのみりん焼き もやしの錦糸和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(かぶ、人参) スクランブルエッグ キャベツのサラダ ゆずみそ ジョア	米飯 味噌汁(エリンギ、水菜) いわしつみれの煮物 小松菜のゆず和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(麩、ほうれん草) がんもの煮物 青梗菜生姜和え のり佃煮 ジョア	米飯 味噌汁(なめこ、わかめ) 納豆 いか団子コンソメ煮 牛乳	米飯 味噌汁(里芋・いんげん) 肉野菜炒め 白菜サラダ ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜、青ネギ) 炒り豆腐 スナックエンドウのサラダ ふりかけ 牛乳								
昼食(定食)	姫ちらし 黄金汁 鶏肉のグラタン 筍の春菜和え 菱餅風プリン	米飯 中華スープ(椎茸、青ネギ) 八宝菜 冬瓜の煮物 春雨の酢の物	米飯 味噌汁(わかめ・かいわれ) サワラの塩麹焼き かぶの含め煮 春菊の和え物	米飯 味噌汁(わかめ・かいわれ) 鶏肉の生姜焼き かぶの含め煮 春菊の和え物	米飯 味噌汁(わかめ、玉葱) ツナサラダ フルーツ(バナナ) 野菜ジュース	米飯 すまし汁(はんぺん、ネギ) 牛皿風 白菜の中華クリーム煮 ほうれん草のごま和え	米飯 味噌汁(白菜、葉大根) 白身魚のクリームソース ポテトサラダ フルーツ(みかん缶)	米飯 すまし汁(水菜、はんぺん) 鶏肉のマスタード焼き ごぼうとツナのサラダ フルーツ(フルーツカクテル缶)							
昼食(洋食)		米飯 中華スープ(椎茸、青ネギ) 白身魚のマヨネーズ焼き 冬瓜の煮物 春雨の酢の物	米飯 味噌汁(わかめ・かいわれ) 鶏肉の生姜焼き かぶの含め煮 春菊の和え物		米飯 すまし汁(はんぺん、ネギ) プリの南部焼き 白菜の中華クリーム煮 ほうれん草のごま和え	米飯 味噌汁(白菜、葉大根) 豚肉の梅香やき ポテトサラダ フルーツ(みかん缶)									
夕食	米飯 すまし汁(玉ねぎ、茄子) 豆腐のきのこあんかけ もずく酢 煮豆	米飯 味噌汁(油揚げ、絹さや) 白身魚のマヨネーズ焼き 茄子とザーサイの炒め物 鶏レバー	米飯 すまし汁(青ネギ、はんぺん) 鶏肉の生姜焼き ひじき煮 漬物	米飯 すまし汁(えのき、水菜) 赤魚の煮付け もやしのポン酢和え 漬物	米飯 味噌汁(長葱、さつま芋) プリの南部焼き カリフラワーサラダ 佃煮	米飯 すまし汁(茄子、ネギ) 豚肉の梅香やき ほうれん草の和え物 煮豆	米飯 味噌汁(麩、キヌサヤ) 白身魚のピカタ 青梗菜の和え物 鶏レバー								
		3/11(月)		3/12(火)		3/13(水)		3/14(木)		3/15(金)		3/16(土)		3/17(日)	
朝食	食パン コンソメスープ(マッシュルーム、人参) 魚肉ソーセージ炒め シーザーサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(玉葱、菜の花) 竹輪と野菜の煮物 春菊のピーナツ和え たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(キャベツ、わかめ) 納豆 小松菜の煮浸し ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜、青ネギ) 海鮮ハンバーグ ごぼうサラダ ふりかけ 牛乳	米飯 すまし汁(とろろ昆布、かいわれ) 厚焼き玉子 菜の花のツナ和え たいみそ ジョア	米飯 味噌汁(もやし、人参) いわしの生姜煮 なすのお浸し ゆずみそ 牛乳	米飯 味噌汁(じゃが芋、玉葱) ベーコンと卵のソテー アスパラサラダ のり佃煮 ジョア								
昼食(定食)	米飯 味噌汁(豆腐、大根菜) サワらのみぞれ煮 菜の花としらすの炒め物 青りんごゼリー	米飯 パンプキンスープ 煮込みハンバーグ そら豆のサラダ フルーツ(オレンジ)	米飯 味噌汁(わかめ、玉葱) 鶏肉の生姜焼き ひじき煮 漬物	米飯 味噌汁(葉大根、さつま芋) 豚肉キムチ炒め 茄子和えもの 煮豆	米飯 味噌汁(えのき、水菜) 鶏肉唐揚げ スパゲティサラダ フルーツ(バナナ)	米飯 卵スープ(玉子、ニラ) 麻婆豆腐 キャベツとわかめの和え物 杏仁豆腐	米飯 すまし汁(かまぼこ、豆苗) アジの味噌焼き オクラの梅和え フルーツ(パイナップル缶)								
夕食	米飯 味噌汁(なめこ、ニラ) 肉団子甘辛煮 野菜とあさりのトマト煮 漬物	米飯 味噌汁(エリンギ、いんげん) 白身魚の香味焼き フキの煮物 とろろ	米飯 中華スープ(春雨、人参) かに玉 小松菜のザーサイ和え 佃煮	米飯 味噌汁(葉大根、さつま芋) 豚肉キムチ炒め 茄子和えもの 煮豆	米飯 すまし汁(花魁、青ネギ) さわらの西京焼き 南瓜の煮物 漬物	米飯 すまし汁(かまぼこ、かいわれ) 肉じゃが ほうれん草の辛子和え 鶏レバー	米飯 味噌汁(葉大根、冬瓜) タンドリーチキン さつま芋サラダ 煮豆								
		3/18(月)		3/19(火)		3/20(水)		3/21(木)		3/22(金)		3/23(土)		3/24(日)	
朝食	米飯 味噌汁(油揚げ、豆苗) はんぺん煮物 スナックえんどうサラダ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(かぶ、葉大根) プレーンオムレツ キャベツの塩昆布和え ゆずみそ ジョア	米飯 すまし汁(豆腐、絹さや) 納豆 青梗菜の中華煮 牛乳	米飯 味噌汁(豆苗、なめこ) さんまのみぞれ煮 ほうれん草のくるみ和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(茄子、厚揚げ) さつま揚げの煮物 オクラの胡麻ドレ和え 梅びしお ジョア	米飯 味噌汁(冬瓜、葉大根) 野菜炒め もやしのゆかり和え のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁(じゃがいも、水菜) はんぺん高菜マヨ焼き ほうれん草のお浸し ゆずみそ ジョア								
昼食(定食)	米飯 すまし汁(わかめ、かいわれ) 挽肉のピピンバ風炒め いんげんとしらすのお浸し 黒ゴマプリン	米飯 すまし汁(生鮭、青ネギ) お刺身盛り合わせ ふきの炊き合わせ ミニケーキ	米飯 すまし汁(花魁、水菜) さばの味噌煮 竹の子の土佐煮 冷やしとろろ	米飯 味噌汁(わかめ、玉葱) 豚玉煮 茄子の煮浸し もずく酢	米飯 味噌汁(わかめ、玉葱) おでん風煮 茄子の煮浸し もずく酢	米飯 味噌汁(じゃがいも、小松菜) アジの磯風味焼き 菜の花のバター醤油炒め 浅漬け	米飯 味噌汁(えのき、さつま芋) かわいいの煮付け マカロニサラダ フルーツ(りんご缶)								
昼食(洋食)	米飯 すまし汁(わかめ、かいわれ) 赤魚の粕漬焼き いんげんとしらすのお浸し 黒ゴマプリン		米飯 すまし汁(花魁、水菜) クリームシチュー 竹の子の土佐煮 冷やしとろろ	米飯 味噌汁(わかめ、玉葱) おでん風煮 茄子の煮浸し もずく酢	米飯 すまし汁(とろろ昆布、かいわれ) 白身魚のマヨコーン焼き オクラの青じそ和え フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁(じゃがいも、小松菜) 鶏肉のオイスター炒め 菜の花のバター醤油炒め 浅漬け									
夕食	米飯 味噌汁(里芋、ほうれん草) 赤魚の粕漬焼き 大根のかにかまあんかけ 昆布佃煮	米飯 コンソメスープ(アスパラ、人参) タラのパン粉焼き カリフラワーの胡麻マヨ和え 漬物	米飯 コンソメスープ(白菜、人参) クリームシチュー セロリのマリネ 煮豆	米飯 すまし汁(なると、水菜) おでん風煮 春菊のさっぱり和え 鶏レバー	米飯 すまし汁(舞茸、菜の花) 白身魚のマヨコーン焼き 白菜の青じそ和え 昆布佃煮	米飯 味噌汁(チンゲン菜、えのき) 鶏肉のオイスター炒め レンコンの金平 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、大根菜) 豚肉野菜炒め 小松菜と帆立のサラダ 佃煮								
		3/25(月)		3/26(火)		3/27(水)		3/28(木)		3/29(金)		3/30(土)		3/31(日)	
朝食	米飯 味噌汁(じゃが芋、わかめ) 鶏肉と野菜の炒めもの ピーンズのサラダ 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩、水菜) いわしつみれの煮物 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 ジョア	食パン コンソメスープ(コーン、人参) ウィナーとキャベツのソテー ハムのサラダ 牛乳	米飯 味噌汁(さつま芋、たまねぎ) 厚焼き玉子 オクラの梅おかつ和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(かいわれ、えのき) 野菜と車麩の煮物 白菜の生姜和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(油揚げ、オクラ) 温泉卵 小松菜のお浸し ジョア								
昼食(定食)	肉うどん 人参シリンシ 明太サラダ パインゼリー	米飯 味噌汁(なめこ、青ネギ) 豚肉の生姜焼 ごぼうの胡麻酢和え フルーツ(キウイ)	米飯 すまし汁(かいわれ、なると) すき焼き風 スナックエンドウの炒め物 めかぶ	米飯 味噌汁(しいたけ、油揚げ) さばの香味焼き 里芋の煮ころがし 大豆とひじきのサラダ	米飯 味噌汁(しいたけ、油揚げ) さばの香味焼き 里芋の煮ころがし 大豆とひじきのサラダ	米飯 ハヤシライス キャベツとえびのサラダ フルーツ(マンゴー) ジョア	米飯 中華スープ(木耳、青梗菜) チキン南蛮 カリフラワーサラダ フルーツ(洋ナシ缶)								
夕食	米飯 味噌汁(さつま芋、ネギ) プリ大根 インゲンの炒め物 漬物	米飯 すまし汁(玉子豆腐、三つ葉) さわらのゆずみそ焼き 南瓜の煮物 煮豆	米飯 味噌汁(かぶ、豆苗) 赤魚のきのこあんかけ レンコンの明太サラダ 鶏レバー	米飯 すまし汁(しめじ、青ネギ) 鶏肉のカラフル野菜焼き ピーファンのピリ辛炒め 漬物	米飯 すまし汁(ネギ、麩) エビボールと野菜の煮物 白滝とピーマンの金平 煮豆	米飯 味噌汁(里芋、菜の花) アジのネギ焼き 切り昆布炒め煮 佃煮	米飯 中華スープ(かまぼこ、葉大根) 豚肉の中華煮 春雨の炒め物 漬物								