

お節料理

* 御赤飯

* 御節盛り合わせ

* 鮒照り焼き

* にしん昆布巻き

* 絵馬蒲鉾

* 伊達巻

* 花酢蓮

* 松風焼

* 栗きんとん

* 御造り二種

* 鮪・鯛

* 天麩羅盛り合わせ

* 海老

* 鰯

* 茄子

* 南瓜

* しし唐

* 茶碗蒸し蟹餡かけ

* 雑煮椀

* 甘酒プリン



特別養護老人ホーム
矢那梅の香園
令和八年一月一日

2026年2月 献立表

							2/1(日)
朝食							米飯 味噌汁(小松菜) さばの味噌煮 ふりかけ ヨーグルト
昼食							米飯 味噌汁(麸) 豚肉とごぼうの炒め煮 ほうれん草のナムル フルーツ(パイン缶)
夕食							米飯 味噌汁(キャベツ) アジのカレー焼き レンコンの煮物
	2/2(月)	2/3(火)	2/4(水)	2/5(木)	2/6(金)	2/7(土)	2/8(日)
朝食	米飯 味噌汁(里芋) 厚揚げとピーマンの炒め物 漬物 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(わかめ) さつま揚げの煮物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(菜の花) がんもの煮物 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(青梗菜) 竹輪の煮物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(葉大根) 厚焼き玉子 インゲンのわさび和え ヨーグルト	米飯 味噌汁(玉葱) しらたきの炒め物 おくら納豆 ヨーグルト	食パン コンソメスープ(菜の花) スクランブルエッグ 白菜のドレッシング和え ヨーグルト
昼食	米飯 味噌汁(もやし) 鰯の山椒焼き 大根の煮物 小松菜のピーナツ和え	恵方巻き(〇) 清汁(はんぺん、青ネギ) 旬菜天麩羅 厚揚げ福丼煮 茶碗蒸し 生麩善哉	米飯 コンソメスープ(きゃべつ) ポークチャップ スパゲティサラダ フルーツ(黄桃缶)	米飯 味噌汁(豆腐) 鶏肉の七味焼き 里芋の煮物 もやしの塩昆布和え	米飯 味噌汁(茄子) カレイの唐揚げ葱ソース 鶏肉とさつま芋の煮物 青りんごゼリー	米飯 味噌汁(ほうれん草) チキンマーマレード焼き プロッコリーのソテー ¹ いちごムース	米飯 味噌汁(しめじ) マスの粒マスター焼き 金平ごぼう ほうれん草のおかか和え
夕食	米飯 味噌汁(花麩) 親子煮 ひじきと枝豆のサラダ	米飯 たまごスープ 豆腐と魚介の中華煮 プロッコリーのサラダ	米飯 すまし汁(白玉麩) ぶり照焼 南瓜の含め煮	米飯 味噌汁(エリンギ) 白身魚の和風あんかけ スナップえんどうのサラダ	米飯 中華スープ(もやし) ハ宝菜 春雨の酢の物	米飯 すまし汁(はんぺん) 鰯の西京焼き 切干煮	米飯 中華スープ(なると) 麻婆茄子 カニシユウマイ
	2/9(月)	2/10(火)	2/11(水)	2/12(木)	2/13(金)	2/14(土)	2/15(日)
朝食	米飯 味噌汁(絹さや) かぶのとろみ煮 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ) 厚揚げの煮物 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁(チンゲン菜) 魚肉ソーセージ炒め ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(しめじ) 豆乳つみれ煮 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(キャベツ) 車麩たまごとじ しそ納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁(さつまいも) はんぺん磯辺焼 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋) さつま揚げと小松菜の甘辛炒め ふりかけ ヨーグルト
昼食	ひじきご飯 すまし汁(玉子豆腐) サバの味噌煮 マカロニとキャベツの辛子マヨ フルーツ(みかん缶)	ソース焼きそば 玉子スープ 春巻き ジョア	米飯 コンソメスープ(かぶ) 鶏肉のクリームソース 小松菜と桜海老のソテー ² フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁(オクラ) アジの南蛮漬け 冬瓜とさつま揚げの煮物 菜の花のマヨ和え	米飯 味噌汁(油揚げ) 豚肉と茄子のさっぱり炒め 南瓜のチーズ焼き ほうれん草の辛子醤油和え	米飯 すまし汁(たまご豆腐) 鶏肉のガーリック炒め 白菜ヒツナの煮浸し チョコババロア	米飯 味噌汁(豆腐) ブリ大根 プロッコリーサラダ フルーツ(黄桃缶)
夕食	米飯 コソメスープ(ほうれん草) スパニッシュオムレツ カリフラワーとベーコンのソテー	米飯 味噌汁(麩) 白身魚の生姜焼き れんこんの梅和え	米飯 すまし汁(わかめ) ぎせい豆腐 もやしと鶏レバー炒め	米飯 味噌汁(白菜) 豚肉の旨煮 いんげんとじゃこの炒め物	米飯 味噌汁(じゃがいも) 赤魚の柚庵焼き きのこの炒め物	米飯 味噌汁(青梗菜) さばの塩焼き 高野豆腐の含め煮	米飯 中華スープ(なると) 豚肉と卵の中華炒め ナムル
	2/16(月)	2/17(火)	2/18(水)	2/19(木)	2/20(金)	2/21(土)	2/22(日)
朝食	米飯 味噌汁(菜の花) かぶの煮物 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(油揚げ) 筍と白滝の金平 ネギ納豆 ヨーグルト	食パン コンソメスープ(マッシュルーム) オムレツ 菜の花のサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(チンゲン菜) ベーコンと野菜の炒めもの のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(えのき) 目玉焼き きやべつのお浸し ヨーグルト	米飯 味噌汁(なす) 三色しのだの煮物 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜) さばの味噌煮 おくらの和え物 ヨーグルト
昼食	米飯 味噌汁(南瓜) 鶏肉の梅香焼き ビーフン炒め物 いんげんの胡麻和え	ハヤシライス 4種豆のサラダ フルーツ(りんご缶) ジョア	米飯 わかめスープ 回鍋肉 冬瓜のカニあんかけ マンゴーブリン	米飯 すまし汁(玉子豆腐) 鯖のごま焼き タラモサラダ ぶどうゼリー	米飯 味噌汁(いんげん) 煮込ハンバーグ ほうれん草のサラダ フルーツ(洋梨缶)	米飯 味噌汁(大根) マスのきのこあんかけ 揚げだし豆腐 白菜の浅漬け	米飯 味噌汁(葉大根) 鶏肉の治部煮 プロッコリーとレンコンの胡麻マヨ和え いちごゼリー
夕食	米飯 すまし汁(豆腐) サワラの照り焼き 五目巾着煮	米飯 すまし汁(たまご豆腐) 白身魚のパン粉焼き 揚げ茄子の肉味噌かけ	米飯 味噌汁(玉葱) おでん風煮 小松菜のツナ和え	米飯 中華スープ(もやし) 麻婆豆腐 レバーの香味和え	米飯 すまし汁(そうめん) 赤魚西京焼き 蓮根の柚子胡椒炒め さつま芋のレモン煮	米飯 すまし汁(麩) 豚肉のブレコギ風 さつま芋のレモン煮	米飯 中華スープ(なると) タラのチリソース もやしの中華和え
	2/23(月)	2/24(火)	2/25(水)	2/26(木)	2/27(金)	2/28(土)	
朝食	米飯 味噌汁(しめじ) 肉団子の煮物 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(玉葱) はんぺんの煮物 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩) もやしの炒め物 キムチ納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁(ほうれん草) 竹輪の甘辛炒め たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(葉大根) 車麩の煮物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ) かんぱちハンバーグ 白菜の胡麻和え ヨーグルト	
昼食	米飯 味噌汁(さつま芋) フライ盛り合わせ 和風タルタルソースかけ 金平ごぼう パインムース	天津丼 中華スープ(春雨) ザーサイの和え 杏仁豆腐 ジョア	カレーライス シーザーサラダ フルーツ(バナナ) ジョア	かき玉うどん 焼壳 オクラの和えもの フルーツ(フルーツカクテル)	米飯 味噌汁(茄子) 鶏のから揚げ 一口がんものの煮物 マカロニサラダ	米飯 味噌汁(じゃがいも) 豚肉と大根の甘辛煮 白和え フルーツ(りんご缶)	
夕食	米飯 すまし汁(花麩) 厚揚げとなすの煮物 かぶのゆかり和え	米飯 味噌汁(豆腐) 豚肉のにんにく塩炒め 切干大根サラダ	米飯 味噌汁(大根) 白身魚の野菜あんかけ 茄子の生姜煮	米飯 味噌汁(青梗菜) ぶりの南部焼き かぼちゃのいとこ煮	米飯 すまし汁(絹さや) さわらの柚庵焼き 里芋のみそ田楽	米飯 すまし汁(そうめん) 赤魚の粕漬け焼き きのこ炒め	