

節分御膳

❁ 恵方巻
稲荷寿司

❁ 旬菜天麩羅

❁ 茶碗蒸し

❁ 厚揚げの福升煮

❁ すまし汁

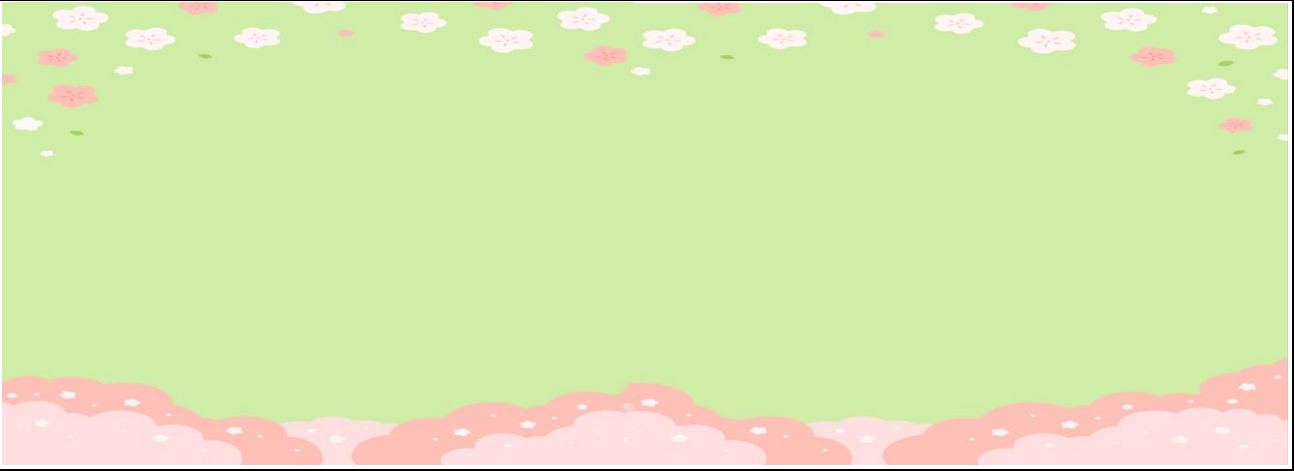
❁ 生麩ぜんざい



特別養護老人ホーム
矢那梅の香園

令和八年二月三日

2026年3月 献立表

	ひなまつり 						3/1(日)
朝食							米飯 味噌汁(かぼちゃ) さつま揚げとこんにゃくの金平 温泉玉子 ヨーグルト
昼食							米飯 味噌汁(豆腐) ほっけの塩焼き ツナじゃが煮 スナッペンどうのサラダ
夕食							米飯 すまし汁(はんぺん) 鶏肉の味噌マヨ焼き ごぼうと大豆煮
	3/2(月)	3/3(火)	3/4(水)	3/5(木)	3/6(金)	3/7(土)	3/8(日)
朝食	米飯 味噌汁(しめじ) ミートボール 小松菜のゆず和え ヨーグルト	米飯 味噌汁(青梗菜) いか団子の煮物 たいみそ ヨーグルト	食パン ポタージュスープ スクランブルエッグ 白菜サラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(玉ねぎ) 肉詰めいなりの煮物 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ) ほうれん草の煮浸し おくら納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁(冬瓜) 玉子ロール 春菊のおかか和え ヨーグルト	米飯 味噌汁(小松菜) 厚揚げのそぼろあん 漬物 ヨーグルト
昼食	米飯 中華スープ(たまご) ハ宝菜 春雨の酢の物 フルーツ(パイン缶)	ちらし寿司(〇) 桜昆布茶 桜海老のかき揚げ 姫高野と筍の煮物 桜胡麻豆腐 桜ロールケーキ	米飯 味噌汁(えのき) さばの山椒焼 田舎煮 フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁(豆腐) タンドリーチキン 竹輪とピーマンの甘辛炒め スバゲティサラダ	ソース焼きそば 味噌汁(わかめ) 五目たまご焼き ジョア	米飯 味噌汁(菜の花) マスのタルタル焼き 切り昆布の煮物 フルーツ(洋梨缶)	米飯 味噌汁(じゃがいも) 豚肉生姜焼 スナッペンどうのわさびマヨ和え フルーツ(黄桃缶)
夕食	米飯 味噌汁(麩) サワラの塩麹焼き かぶの含め煮	米飯 味噌汁(葉大根) 豆腐のきのこあんかけ れんこん炒め	米飯 味噌汁(きゃべつ) 肉じゃが ひじきとツナのサラダ	米飯 すまし汁(花麩) タラのちり蒸し さつま芋のレーズン煮	米飯 すまし汁(そうめん) 赤魚の煮付け かぶと胡瓜の酢の物	米飯 すまし汁(かまぼこ) 鶏肉の梅香やき 茄子の煮浸し	米飯 コンソメスープ(マッシュルーム) 白身魚のピカタ 金平ごぼう
	3/9(月)	3/10(火)	3/11(水)	3/12(木)	3/13(金)	3/14(土)	3/15(日)
朝食	米飯 味噌汁(油揚げ) さつま揚げの甘辛炒め ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(玉葱) ウインナーと野菜の炒め物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(インゲン) 冬瓜とツナの煮物 ねぎ納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁(菜の花) 白菜とつみれの煮物 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ) 目玉焼き もやしのおかか和え ヨーグルト	米飯 味噌汁(さつま芋) ちくわの煮物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋) いわしの生姜煮 春菊のピーナッツ和え ヨーグルト
昼食	米飯 味噌汁(なす) ぶりのみぞれ煮 菜の花の錦糸和え いちごゼリー	米飯 コンソメスープ(カリフラワー) ハンバーグトマトソース 春菊のジャコ炒め ポテトサラダ	米飯 すまし汁(玉子豆腐) さわらの梅味噌焼き かぶのとりみ煮 フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁(豆腐) マスのバター醤油焼き ひじきと蓮根の金平 ブロッコリーのカニ和え	ハヤシライス 菜の花サラダ フルーツ(パイン缶) ジョア	米飯 味噌汁(玉ねぎ) 鯖の塩焼き 高野豆腐の含め煮 かぶの柚子風味	米飯 中華スープ(冬瓜) 麻婆豆腐 キャベツとわかめの和え物 フルーツ(マンゴー)
夕食	米飯 中華スープ(白菜) かに玉 ビーフンソテー	米飯 すまし汁(えのき) たらの野菜あんかけ オクラの胡麻ドレ和え	米飯 味噌汁(青梗菜) 豚肉と野菜の塩だれ炒め 南瓜の甘煮	米飯 味噌汁(油揚げ) 鶏の根菜煮 いんげんのさっぱり和え	米飯 味噌汁(白菜) アジの南部焼き がんもの煮物	米飯 コンソメスープ(青梗菜) チキンソテー 和風ステーキソースがけ マカロニソテー	米飯 すまし汁(しめじ) 鶏肉のみそ焼き 温野菜サラダ
	3/16(月)	3/17(火)	3/18(水)	3/19(木)	3/20(金)	3/21(土)	3/22(日)
朝食	米飯 味噌汁(オクラ) はんぺん煮物 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(かぶ) ブレンオムレツ キャベツの塩昆布和え ヨーグルト	米飯 味噌汁(さつま芋) いんげんの煮浸し キムチ納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ) いわしつみれの煮物 梅びしお ヨーグルト	食パン コンソメスープ(玉ねぎ) ベーコンと卵のソテー ほうれん草サラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(冬瓜) 魚肉ソーセージ炒め のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(じゃがいも) はんぺん高菜マヨ焼き ほうれん草のお浸し ヨーグルト
昼食	米飯 すまし汁(そうめん) 赤魚の粕漬焼き 竹の子の土佐煮 白菜と野沢菜のゆずあえ	チャーハン 中華スープ(小松菜) 餃子 4種豆のサラダ ジョア	米飯 味噌汁(大根) 鯖の竜田揚げ 甘酢あん さつまいもサラダ 桃ゼリー	米飯 味噌汁(わかめ) 豚玉煮 レンコンのサラダ フルーツ(洋梨缶)	米飯 すまし汁(花麩) サバの味噌煮 じゃが芋のバター醤油炒め もやしと胡瓜の胡麻酢和え	米飯 コンソメスープ(白菜) ポークチャップ 空豆サラダ フルーツ(パイン缶)	米飯 すまし汁(花麩) カレイの煮付 里芋の田楽 白菜の酢の物
夕食	米飯 味噌汁(豆腐) 根菜と肉団子の甘酢あん スナッペンどうのドレッシング和え	米飯 すまし汁(かまぼこ) あじの柚庵焼き もやしとレバー炒め	米飯 コンソメスープ(カリフラワー) 鶏肉のマスタード焼き セロリのマリネ	米飯 味噌汁(いんげん) 白身魚のムニエル こんにゃくのピリ辛炒め	米飯 すまし汁(そうめん) 鶏肉の酒蒸し 厚揚げのきのこあんかけ	米飯 味噌汁(えのき) アジの磯風味焼き ビーフン炒め	米飯 味噌汁(小松菜) 鶏肉のオイスター炒め オクラの青じそ和え
	3/23(月)	3/24(火)	3/25(水)	3/26(木)	3/27(金)	3/28(土)	3/29(日)
朝食	米飯 味噌汁(わかめ) 絹さやときのこの卵とじ 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩) 高野豆腐の含め煮 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜) 青梗菜の炒め物 しらす納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁(じゃがいも) ウインナーとキャベツのソテー ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(玉葱) 厚焼き玉子 オクラの梅おかか和え ヨーグルト	米飯 味噌汁(えのき) 野菜と車麩の煮物 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(油揚げ) さつま揚げと小松菜の炒り煮 温泉卵 ヨーグルト
昼食	キーマカレー あさりと菜の花のソテー フルーツ(マンゴー) ジョア	米飯 味噌汁(かぶ) 赤魚のみりん漬け焼き 蓮根の柚子胡椒炒め パナナムース	きつねそば 人参シリシリ 大根サラダ パインゼリー	米飯 わかめスープ 豚肉キムチ炒め もやしとレバーの香味和え フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁(南瓜) 揚げ豆腐そぼろあん なすとパプリカの炒め物 浅漬け	米飯 中華スープ(青梗菜) チキン南蛮 カリフラワーサラダ フルーツ(黄桃缶)	米飯 味噌汁(なめこ) 豚肉野菜炒め 中華風冷奴 フルーツ(パイン缶)
夕食	米飯 味噌汁(えのき) ブリ大根 花野菜サラダ	米飯 味噌汁(なめこ) すき焼き風 胡瓜とかにかまの酢の物	米飯 味噌汁(菜の花) エビボールと野菜の煮物 南瓜のチーズ焼き	米飯 味噌汁(しめじ) タラのパン粉焼き 白滝とピーマンの金平	米飯 すまし汁(菜の花) アジの葱味噌焼き さつま芋のオレンジ煮	米飯 味噌汁(里芋) 白身魚のマヨコーン焼き 切干大根の煮物	米飯 すまし汁(そうめん) ますのちゃんちゃん焼き風 じゃが芋のおかか煮
	3/30(月)	3/31(火)					
朝食	米飯 味噌汁(菜の花) 三色しのだ煮 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(冬瓜) はんぺんのバター焼き ゆずみそ ヨーグルト					
昼食	たけのこご飯 すまし汁(花麩) 鰯の西京漬焼 がんもの煮物 マカロニサラダ	米飯 中華スープ(わかめ) 家常豆腐 シュウマイ 中華サラダ					
夕食	米飯 味噌汁(えのき) 鶏肉の野菜あんかけ ブロッコリーのサラダ	米飯 すまし汁(花麩) ブリの煮付け きのこあさりの炒め物					