月間献立表

ショウ(A)

日付		02月01日(火)	02月02日(水)	02月03日(木)	02月04日(金)	02月05日(土)	02月06日(日)
朝		食パン ベーコンエッグ 付)小松菜 ブルーベリージャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 揚げのねぎあんかけ ほうれん草の和え物 みそ汁(里芋・水菜)	ミルクロール ミートボール 付)ピーマン・人参 カリフラワー和風サラダ メイプルジャム フルーツ缶(にゆず)	御飯 一口がんもの煮物 白菜のわさび和え みそ汁(冬瓜・ねぎ)	御飯 ちくわの炒り煮 春菊のお浸し みそ汁(里芋・えのき)	御飯 炒り豆腐 ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁(玉葱・大根葉)
10時		牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼		御飯 たらの野菜あんかけ 野菜あん) うの花 いんげんのピーナッツ和え みそ汁(椎茸・おつゆ麸)	三色丼 ふろふき大根 キャベツの甘酢漬け お吸い物(素麺・大根葉)	【節分献立】 大豆御飯 豆腐ハンバーグ 付)オクラ・かぼちゃ 蓮根のたらこマヨ和え いちごプリン つみれ汁	【お誕生日献立】 赤飯 刺身盛り合わせ 茶碗蒸し ピーチムース お吸い物(手まり麸・貝割れ)	御飯 ぶりのみりん焼き 付)オクラ 根菜の甘辛炒め かぶの酢の物 あさり汁(葱)	御飯 和風卵焼き 付)大根おろし ハムと小松菜のソテー とろろとなめたけの和え物 みそ汁(うずまき麸・みつば)
おやつ		おやつ(ヤクルト)	【2Fバイキング】 おやつ(どら焼き)	おやつ(ココアワッフル)	おやつ(赤ぶどうジュース)	【お誕生日おやつ】 おやつ(ショコラロールケーキ)	手作りおやつ(ヨーグルトパパロア)
夕		御飯 鶏肉の竜田揚げ 付)もやし じゃこと青梗菜の炒め物 うずら豆 フルーツ缶(マンゴー)	御飯 あじの蒲焼 付)アスパラ なすの含め煮 白菜の磯和え たいみそ	御飯 鶏肉の南部焼き 付)玉葱 小松菜の煮浸し マカロニサラダ 香の物(赤しその実漬け)	御飯 豚ロースのカレー風味焼き 付)ブロッコリー 切干大根の炒め煮 ほうれん草のゆず醤油和え あみえび佃煮	御飯 チキンカツ ソース) 付)キャベツ 大豆とひじきの煮物 野菜サラダ フルーツ缶(パイン)	御飯 ほっけのみそチーズ焼き 付)スナップエンドウ かぼちゃのいとこ煮 青梗菜のからし和え うめびしお
日付		02月07日(月)	02月08日(火)	02月09日(水)	02月10日(木)	02月11日(金)	02月12日(土)	02月13日(日)
朝		御飯 オムレツ 付)ブロッコリー オクラのなめたけ和え みそ汁(もやし・貝割)	食パン 鶏肉のクリーム煮 いちごジャム フルーツ缶(黄桃)	御飯 納豆 さつま揚げといんげんの炒め みそ汁(里芋・ワカメ)	マーブル食パン 白菜のスープ煮 あんずジャム フルーツ缶(りんご)	御飯 肉詰めいなりの煮物 キャベツのゆかり和え みそ汁(うまい菜・おつゆ麸)	御飯 彩りはんぺんの含め煮 なすのポン酢和え みそ汁(玉葱・しめじ)	御飯 かにかま入ふんわり卵 青菜のおかか和え みそ汁(じゃが芋・貝割)
10時		牛乳	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼		御飯 めだいのレモン醤油焼き 付)玉葱 さつま揚げとかぶの煮物 白菜ときゅうりの和え物 みそ汁(若布・長葱)	御飯 ミートローフ ソース) 付)アスパラ カリフラワーソテー グリーンサラダ コンソメスープ(マッシュルーム・人参)	御飯 揚げ豆腐の野菜あん 野菜あん) えびとキャベツの炒め物 フルーツ缶(カクテル) みそ汁(冬瓜・大根葉)	麦ご飯 バサの和風ムニエル 付)オクラ ごぼうの炒り煮 小松菜のお浸し お吸い物(とろろ・貝割れ)	御飯 鶏肉の磯辺揚げ 付)大根おろし 青梗菜炒め みかんゼリー みそ汁(かぶ・葱)	御飯 めぬけの葱塩焼き 付)ほうれん草 きざみ昆布の炒り煮 かぼちゃサラダ みそ汁(油揚げ・かぶ葉)	御飯 ハンバーグ きのこあん) 付)アスパラ れんこんきんぴら煮 キャベツと沢庵の和え物 みそ汁(白玉麸・豆苗)
おやつ		おやつ(カスタードケーキ)	おやつ(ヤクルト)	【3Fバイキング】 おやつ(ワッフル)	おやつ(和のパンケーキ抹茶)	おやつ(ジョア ストロベリー)	おやつ(羊ようかん)	手作りおやつ(ピーチゼリー)
夕		御飯 焼き肉 付)なす じゃが芋の含め煮 畑菜の鰹糸和え 浅漬け(キャベツ)	御飯 赤魚の煮付け 付)春菊 レバーと玉葱の炒め物 香の物(沢庵) フルーツ(キウイ)	御飯 めばるの生姜醤油焼き 付)ブロッコリー 青梗菜の煮浸し かぶのしそ風味和え 香の物(しば漬け)	御飯 骨根肉絲 豆腐焼売 しろなのナムル べったら漬	御飯 穴子の卵とじ 里芋のごま煮 ブロッコリーの香味和え 昆布佃煮	御飯 豚肉の味噌炒め 冬瓜のえびあんかけ もやしの柚子醤油和え 香の物(宵しその実漬け)	御飯 かれいのねぎま煮 菜の花のベーコンソテー カリフラワーの甘酢漬け たいみそ
日付		02月14日(月)	02月15日(火)	02月16日(水)	02月17日(木)	02月18日(金)	02月19日(土)	02月20日(日)
朝		御飯 厚揚げの含め煮 白菜の磯和え みそ汁(もやし・大根葉)	コーヒーロール フィッシュバーグ 付)アスパラ キャベツの香味和え りんごジャム フルーツ缶(ミックス)	御飯 洋風卵焼き 付)ブロッコリー ほうれん草のくるみ和え みそ汁(南瓜・ねぎ)	食パン 野菜と豆のミートソース煮 みかんジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 野菜炒め ブロッコリーとチキンの和え物 みそ汁(卵・えのき)	御飯 炒り豆腐 オクラとろろ みそ汁(しろな・うずまき麸)	御飯 オムレツ 付)ブロッコリー ほうれん草のお浸し みそ汁(もやし・しめじ)
10時		牛乳	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼		【リクエスト献立】 赤飯(リクエストメニュー) ぼきのマスタード焼き 付)スナップエンドウ かぶの煮物 小松菜の梅じゃこ和え みそ汁(花麸・長葱)	きつねそば 具) 肉じゃが もずくときゅうりの酢の物 あずきムース	御飯 まぐろの照り焼き 付)きぬさや 里芋の煮っころがし 大根と大葉のサラダ お吸物(かまぼこ・みつば)	【選択食】御飯 A松風焼き B.さわらの胡桃味噌焼き 付)白菜 さつま芋の甘煮 もやしの和風マヨ和え お吸物(素麺・大根葉)	【お好み食】 かつ丼 菜の花のナムル フルーツ缶(みかん) みそ汁(かぶ・葱)	御飯 鶏肉のオニオンソースがけ オニオンソース) 付)スナップエンドウ スパゲティーサラダ フルーツ缶(マンゴー) コンソメスープ(マッシュルーム・コーン)	御飯 モウカザメのバター醤油焼き 付)玉葱 さつま芋と昆布の煮物 春菊のごま和え みそ汁(冬瓜・具割れ)
おやつ		【バレンタインデーおやつ】 おやつ(ハート型のチョコプリン)	おやつ(ヤクルト)	【4Fバイキング】 おやつ(ドームケーキカスタード)	おやつ(黒糖饅頭)	おやつ(野菜生活 マンゴー)	おやつ(ずんだどら焼き)	手作りおやつ(メロンゼリー)
夕		御飯 ポークチャップ ソーセージといんげんのソテー 人参サラダ フルーツ缶(パイン)	御飯 さばの塩麹焼き 付)玉葱 ちくわとごぼうの甘辛煮 白菜のゆかり和え ゆずみそ	御飯 豚肉のポン酢炒め かぶの水晶煮 青菜としめじのお浸し あみえび佃煮	御飯 赤魚の柚庵焼き 付)甘酢生姜 ぜんまい煮 ほうれん草の鰹糸和え 金時豆	御飯 ぶりのおろし煮 付)花人参・胡さや かぼちゃの煮物 小松菜の和風和え 金山寺みそ	御飯 たらの揚げ浸し 付)なす じゃが芋の含め煮 白菜のわさび和え 香の物(つぼ漬け)	御飯 彩り豆製豆腐 付)小松菜 焼ビーフン カリフラワーの中華和え のり佃煮
日付		02月21日(月)	02月22日(火)	02月23日(水)	02月24日(木)	02月25日(金)	02月26日(土)	02月27日(日)
朝		御飯 さつま揚げと里芋の煮物 テンゲン菜のウナ和え みそ汁(白菜・ねぎ)	コンビ食パン スクランブルエッグ アスパラサラダ ブルーベリージャム フルーツ缶(パイン)	御飯 納豆 しろなとちくわの煮浸し みそ汁(さつま芋・えのき)	食パン フィッシュバーグ 付)アスパラ 畑菜のサラダ はちみつジャム フルーツ缶(黄桃)	御飯 肉詰めいなりの煮物 春菊とカニカマのお浸し みそ汁(もやし・ワカメ)	御飯 ミートボール 付)いんげん カリフラーサラダ みそ汁(小松菜・えのき)	御飯 ちくわとピーマンの炒め煮 ほうれん草とサバの和え物 みそ汁(長葱・油揚げ)
10時		牛乳	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼		御飯 豚肉の生姜焼き 付)キャベツ 切干大根の炒め煮 きゅうりとセロリのピリ辛漬 赤だしなめこ汁(若布)	御飯 さばの漬け焼き 付)惣菜 肉巻きの旨煮 ブロッコリーの和風和え みそ汁(玉葱・大根葉)	【郷土食 滋賀県】 しょいめし えび豆 麸の辛子酢味噌和え 泥亀汁(なす・ゴマ・かぶ葉)	御飯 帆立と豆腐の塩炒め いかつみれの煮物 オニオンサラダ 中華スープ(春雨・にら)	十五穀米ご飯 ぼきのさらさ焼き 付)なす 里芋の煮物 白菜の生姜醤油和え みそ汁(あさり・葱)	御飯 豚肉と野菜のオイスター炒め やわらかイカリングフライ 青梗菜の中華和え たまごスープ(コーン)	御飯 たらのムニエル タルタルソース) 付)スナップエンドウ ベーコンともやしの炒め物 フルーツ缶(カクテル) コンソメスープ(畑菜・人参)
おやつ		おやつ(ロールケーキいちご)	おやつ(ヤクルト)	【5Fバイキング】 おやつ(バナナクレープ)	おやつ(抹茶蒸しパン)	おやつ(オレンジジュース)	おやつ(きみしぐれ)	手作りおやつ(マスカットゼリー)
夕		御飯 めぬけの山椒煮 付)れんこん なすとピーマンの炒め物 しろなのおかか和え たいみそ	御飯 鶏肉の葱塩焼き 付)いんげん 冬瓜のくず煮 野菜サラダ 香の物(さくら大根)	御飯 めだいのみそマヨ焼き 付)スナップエンドウ ひじきの五目煮 キャベツのきのこ和え 香の物(しば漬け)	御飯 ベーコンのキッシュ ソース) 付)甘煮人参 じゃが芋のバター炒め ブロッコリーの和え物 フルーツ缶(りんご)	御飯 ささみフライ・カニクリームコロッケ ソース) 付)キャベツ 豚肉とかぶの旨煮 アスパラのフレンチサラダ 金山寺みそ	御飯 かれいの煮付け 付)しろな・花人参 厚揚げと大根の味噌炒め 胡瓜と春雨の酢の物 うずら豆	御飯 鶏肉の甘辛焼き 付)玉葱 なすの揚げ浸し 小松菜のピーナッツ和え 茶福豆
日付		02月28日(月)						
朝		御飯 里芋のそぼろ煮 オクラのお浸し みそ汁(豆腐・大根葉)						
10時		牛乳						
昼		カレーうどん えびとアスパラの卵炒め コールスローサラダ ヨーグルトゼリー						
おやつ		おやつ(ようかん)						
夕		御飯 あじのきのこ蒸し つみれと冬瓜の煮物 白菜のからしマヨ和え あみえび佃煮						

特養 あそか園