



行事食 2日 節分メニュー
 12日 誕生会
 14日 バレンタイン
 16日 弁当の日(食堂床ワックスがけ)
 17日 屋台の日
 リクエストメニュー 6日 男子棟(シーフードカレー)
 17日 通所(おでん)
 27日 女子棟(ベーコンチャーハン)
 郷土料理 17日 さくらえび焼きそば<静岡県>

〇〇 献立一覧表 〇〇

2021年 2月

[常食]

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)
朝食	レーズンロール スクランブル卵 ミルクココア ヨーグルト	御飯 ひじきのいり煮 小松菜の味噌汁 スティック梅びしお	ブルーベリージャム食パン 大豆サラダ カフェオレ	御飯 豆腐の卵トシ キャベツの味噌汁 ふりかけ	黒糖ロール シーチキンソテー 牛乳 とろけるゼリー	御飯 白菜の煮浸し 玉葱の味噌汁 味噌つけのり	ヨモギロール コールスローサラダ ミルクティー ヨーグルト
昼食	御飯 鯖のわかめ蒸し 厚揚げ甘酢ケチャップ煮 メークの味噌汁 バナナ(1/2)	節分そば 巻き寿司 菜の花の煮浸し 節分たまごポーク ジョア(80mlタイプ)	ゆかりご飯 ミートコロッケ キャベツえび胡麻酢 さつま汁 りんごのコンポート	御飯 筑前煮 もやしのカレー炒め 花麩のすまし汁 ヤクルト	三色丼 金平ごぼう 飛鳥汁 季節の和菓子(冬)	シーフードカレー 野菜サラダ 桃のヨーグルトかけ	五目チャーハン 肉団子の野菜あんかけ きくらげスープ 杏仁豆腐
夕食	御飯 野菜たっぷりチャブチェ ニラのお浸し レタスと卵のスープ マンゴー缶	御飯 かいのソテーマトソースかけ いかきゅうりサラダ 野菜の加えスープ ジョア(80mlタイプ)	御飯 カニ玉風 切干大根海苔ナムル もずくスープ キウイゼリー	御飯 白身魚のアクアパッツア ジャーマンポテト キャロットポタージュスープ バナナ(1/2)	御飯 中華風野菜炒め ひじきの酢の物 春雨のスープ パイン缶	御飯 おでん 青梗菜のわさびマヨあえ さくら漬け 抹茶ゼリー	御飯 さかなハンバーグ 胡瓜と豚肉酢の物 大根の味噌汁 バナナ(1/2)
	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)
朝食	黒ゴマロール 目玉たまご 牛乳	御飯 大豆と竹輪の五目煮 さつま芋の味噌汁 ふりかけ	オレンジロール ホウレン草ベコンポターソテー カフェオレ ヨーグルト	御飯 白菜フレック煮 メークの味噌汁 味噌つけのり	食パン・ピーナッツバター 野菜の胡麻サラダ ミルクココア	御飯 じゃが芋の金平 玉葱の味噌汁 スティックのり佃煮	レーズンロール スクランブル卵 ミルクティー ヨーグルト
昼食	わかめごはん 鮭のレモン蒸し かぼちゃサラダ ポタージュスープ ヨーグルトストベリーソース	◎A) えびチリ豆腐 えびチリ豆腐 ◎B) すき焼き煮 すき焼き煮 ◎共通料理◎ 御飯 青梗菜の煮浸し 柚大根 みかん	御飯 ジャーマンオムレツ風 野菜のザワークラウト風 豆乳スープ ピーチムース	御飯 鶏肉のバーベキューソース れんこんとツナのサラダ キャロットポタージュスープ みかんのヨーグルトかけ	散し寿司 茶わん蒸し 吉野汁 和風ケーキ	ササミ卵とじ井 しば漬け ブロッコリー・カマランかけ キャベツの味噌汁 ヤクルト	御飯 アジのソテー・クリームソースかけ 里芋サラダ コンソメスープ チョコプリン
夕食	御飯 豚肉と小芋の味噌煮 白菜おかか和え エキ草のすまし 洋ナシ缶	御飯 鯉のカルムニエル いかきゅうりサラダ オニオンスープ ミックスジュース(ミニ)	御飯 しのだ煮 切干大根のホリタン風 豚汁 りんご	御飯 焼き鮭の甘酢煮 がんもの含煮 しめじ汁 パイン缶	御飯 白菜の中華ポトフ くらげの中華あえ キムチ漬け バナナ(1/2)	御飯 豆腐ステーキ肉味噌かけ 人参のさっぱりナムル サツマ揚のすまし汁 みかん	御飯 治部煮 もやしのカレー炒め 大根の味噌汁 りんご
	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)
朝食	メロンロール 大豆のサワーサラダ カフェオレ ヨーグルト	御飯 高野ぜんまい煮物 キャベツの味噌汁 味噌つけのり	ブルーベリージャム食パン 青梗菜のソテー ミルクココア	御飯 里芋とひじきの煮物 玉葱の味噌汁 ゆかりふりかけ	チーズロール 大根と人参サラダ 牛乳 とろけるゼリー	御飯 小松菜の卵とじ メークの味噌汁 味噌つけのり	黒ゴマロール ひき肉カレーソテー ミルクティー ヨーグルト
昼食	御飯 揚肉団子のスープ煮 たこ酢のもの たくあん スイートパイン	外注弁当	さくらえび焼きそば おでん コービー牛乳 パンナコッタ	御飯 鯖のみそ煮 いんげんのり和え エキ草のすまし みかん	御飯 タンドリーチキン 白菜りんごサラダ グリルピースポタージュ ヨーグルトブルーベリーソースかけ	御飯 ぶり大根 ネギのぬた トロ昆布のすまし汁 バナナ(1/2)	御飯 野菜コロッケ マカロニサラダ コンソメスープ りんご
夕食	御飯 ステーキソースかけ れんこんとツナのサラダ ポタージュスープ みかん缶	御飯 和風オムレツ風 かぼちゃ煮 白菜の味噌汁 バナナ(1/2)	ドライカレー コーンサラダ じゃがいものスープ 桃のヨーグルトかけ	御飯 飛鳥鍋風 ホウレン草の白和え さくら漬け いちごゼリー	御飯 かれいの梅あんかけ 小芋の含め煮 素麺のすまし汁 洋ナシ缶	御飯 豆腐ハンバーグ 三色生酢 キャベツの味噌汁 みかん	牛卵丼 白菜漬け ピーマンのいり煮 南瓜の味噌汁 ヤクルト
	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)
朝食	黒糖ロール ブロッコリーときのこのサラダ 牛乳 とろけるゼリー	御飯 白菜の煮浸し 玉葱の味噌汁 ふりかけ	オレンジロール 野菜スクランブルエッグ カフェオレ ヨーグルト	御飯 切干大根のホリタン風 白菜の味噌汁 味噌つけのり	レーズンロール ひき肉カレーソテー ミルクココア ヨーグルト	御飯 小芋と竹輪の煮物 白菜の味噌汁 ふりかけ	ココアロール 大豆のサワーサラダ ミルクティー ヨーグルト
昼食	御飯 鯖の磯辺焼き カレー風味にんじんシソ汁 かす汁 はっさく	御飯 大根と牛肉の炒煮 鶏と胡瓜のめかぶ和え かまぼこのすまし汁 バナナ(1/2)	グリーンピースごはん 揚げ魚の中華風 インゲン胡麻酢アエ 卵の中華スープ ぶどうムース	きのこライス 白菜のクリーム煮 野菜の加えスープ ジョア(80mlタイプ)	御飯 ササミのビーンズ煮込み 三豆のピーナツあえ キャロットポタージュスープ 白桃缶	たまご丼 かぶら漬け 五色生酢 飛鳥汁 ヤクルト	御飯 ウイナーと野菜のポトフ もやしのカレー炒め ピーマン漬け マンゴー缶
夕食	御飯 ふわふわ鶏豆腐 野菜の梅昆布和え 椎茸のすまし汁 黄桃缶	大豆ごはん 鮭の塩焼き 南瓜そぼろ煮 のっぺい汁 コービーゼリー	御飯 チキンクリームシチュー ブロッコリーの胡麻サラダ しば漬け スイートパイン	御飯 カニオムレツ風 ホウレン草おかか和え 豆腐の味噌汁 みかん	御飯 海苔マヨ焼き 和風サラダ きのこの味噌汁 バナナ(1/2)	ベーコンチャーハン ポークシューマイ もずくスープ パイン缶	御飯 揚げ出し豆腐 さやいんげんの炒め煮 白菜の味噌汁 いよかん

*都合により献立を変更することがあります。

今月のエネルギー量1905kcal たんぱく質73.0g 脂質47.2g 食塩相当量7.0g