

2月献立表

入居者

2024年2月1日～2月29日

たましろの郷

	(月)	(火)	(水)	1日 (木)	2日 (金)	3日 (土)	4日 (日)
朝				ご飯(麦入り) 味噌汁(白菜・青ねぎ) チーズ風味のスクランブルエッグ 人参のささみ和え 牛乳	ジャムパン コンソメスープ(冬瓜・玉葱) ソーセージと野菜のソテー 牛乳	ご飯(麦入り) 味噌汁(キャベツ・かいわれ) かに風味の卵とじ ほうれん草のごま和え 牛乳	パン(白パン・チョコレド) シーフードクリームスープ ツナとスナップえんどうのサラダ フルーツ缶(パイナップル)
昼				きつねそば 松風焼き フルーツあんみつ	ご飯(麦入り) 玉子スープ チキンソテーにマッシュドポテト ラタトゥイユ フルーツムース	ご飯(麦入り) すまし汁(わかめ・長葱) 豚肉と野菜のさっぱり炒め ふるふき大根 カスタードワッフル	ハヤシライス ミモザサラダ ヨーグルトバナボア(特約)
夕				ご飯(麦入り) 味噌汁(花魁・小松菜) 豚肉の塩だれ炒め 長芋とわかめの土佐和え フルーツ(パイナップル)	ご飯(麦入り) 中華スープ(オクラ・えのき) 八宝菜 春雨のだしポン酢サラダ ザーサイ漬	ご飯(麦入り) コンソメスープ(白菜・ピーマン) カレイのトドメ焼き パンブキンサラダ デザートムース(ぶどう)	ご飯(麦入り) 味噌汁(白玉・ほうれん草) 助宗たらのたっぷり野菜あん がんもの炊き合わせ 漬物(青かっぱ)
	5日 (月)	6日 (火)	7日 (水)	8日 (木)	9日 (金)	10日 (土)	11日 (日)
朝	ご飯(麦入り) 味噌汁(もやし・えのき) 菜ごもり卵 いんげんの二色浸し 牛乳	ロールパン(イチゴジャム) コーンポタージュ ウィンナーと温野菜の盛り合わせ フルーツ缶(カクテル)	ご飯(麦入り) 味噌汁(ほうれん草・しめじ) 野菜炒め とろろ芋 牛乳	ご飯(麦入り) 味噌汁(じゃが芋・大根菜) 炒り卵 ちんげん菜と蒸し鶏のお浸し 牛乳	パン(バターロール・黒糖) ミネストローネ たまごサラダ 牛乳	ご飯(麦入り) 味噌汁(かきたま・長葱) ソーセージ炒め キャベツの和え物 牛乳	パン(レーズン・クリーム) カレー風味の具沢山スープ キャベツのサラダ 牛乳
昼	***** 巻き寿司 すまし汁(あおさ・みつ菜) 肉団子と大豆の甘酢炒め 豆乳プリン	ご飯(麦入り) 中華スープ(白菜・わかめ) 卵と海老のチリソースがけ 焼売 フルーツ杏仁	海鮮かき揚げ丼 味噌汁(豆腐・かいわれ) 煮しめ わかめの三杯酢	肉うどん トマトの青じそ風味 プリン	エビ&オニオンピラフ さつま芋のクリームシチュー 大根サラダ リンゴゼリー	ご飯(麦入り) すまし汁(花魁・みつ菜) 厚揚げと野菜の肉味噌炒め 南瓜いとこ煮 小松菜の磯和え	ミートスパゲティ コンソメスープ(人参・人参) カラフル野菜のマリネ アロエヨーグルト
夕	ご飯(麦入り) 味噌汁(あさり・小松菜) さわらのみりん漬け焼き ひじきの煮物 枝豆腐	ご飯(麦入り) すまし汁(はんぺん・みつ菜) 鶏肉の味噌漬け焼き 厚揚げの含め煮 なめ茸おろし	ご飯(麦入り) 味噌汁(油揚げ・たまねぎ) 和風ミートローフ れんこんのピリ辛炒め フルーツ缶(黄桃)	ご飯(麦入り) 味噌汁(もやし・いんげん) サーモンフライ・ピーマン肉詰め きのこの白和え 漬物(つば漬)	ご飯(麦入り) ほうれん草のスープ チキンピカタ 盛り合わせサラダ フルーツ(バナナ)	ご飯(麦入り) 味噌汁(白菜・舞茸) あじの塩麹焼き 焼きビーフン フルーツ(りんご)	ご飯(麦入り) 味噌汁(わかめ・油揚げ) 豚肉のごま風味焼き 大根と椎茸の塩金平 漬物(しば漬)
	12日 (月)	13日 (火)	14日 (水)	15日 (木)	16日 (金)	17日 (土)	18日 (日)
朝	ご飯(麦入り) 味噌汁(えのき・玉葱) 竹輪と野菜の炒め物 納豆 牛乳	ロールパン(アプリコット) コーヒー牛乳 オムレツ フルーツ(バナナ)	ご飯(麦入り) 味噌汁(小松菜・油揚げ) 肉じゃが いんげんの和え物 牛乳	ご飯(麦入り) 味噌汁(かぶ・大根菜) 炒り卵 花野菜サラダ 牛乳	二色パン(チョコ・クリーム) 白菜のスープ ツナと野菜のバターソテー フルーツ缶(パイナップル)	ご飯(麦入り) 味噌汁(南瓜・玉葱) お魚ソーセージと卵の炒め物 カリフラワーの土佐和え 牛乳	ロールパン(ピーナッツ) 鶏ひき肉のクリーム煮 ビーンズサラダ フルーツ缶(みかん)
昼	あさりの具沢山卵とじ 味噌汁(大根・おくら) 厚揚げの生姜醤油 抹茶プリン	あんかけ焼きそば 中華スープ(もやし・人参・ほう) 揚げ餃子 フルーツ(パイナップル)	ご飯(麦入り) 具沢山たまごスープ ホキのムニエル トマトソース パンブキンサラダ チョコロールケーキ	ステーキ丼 すまし汁(白玉・みつ菜) 切り昆布とたけのこの煮物 胡瓜の柚子漬	鮭と玉子の混ぜご飯 味噌汁(ほうれん草・しめじ) しんじょうの炊き合わせ うずら豆	ご飯(麦入り) ポタージュ タンドリーチキン ポパイソテー フレンチサラダ	ご飯(麦入り) 味噌汁(豆腐・枝竹) タラの明太マヨネーズ焼 さつま芋のバターソテー オクラのなめたけ和え
				天丼 すまし汁(白玉・みつ菜) 切り昆布とたけのこの煮物 胡瓜の柚子漬			
夕	ご飯(麦入り) コンソメスープ(冬瓜・マッシュルーム) チキンステーキ玉葱ソース 茄子とベーコンのソテー フルーツ缶(カクテル)	ご飯(麦入り) 味噌汁(茄子・わかめ) つくねの葱塩だれ 五目金平ごぼう 三色豆	ご飯(麦入り) 味噌汁(小町・青ねぎ) 茹で豚のぼん酢ソース 大豆の炒り煮 ささみのおろし和え	ご飯(麦入り) 味噌汁(さつまいも・舞茸) あぶらかれの薬味醤油 ピーマンと豚肉の炒め物 フルーツ缶(黄桃)	ご飯(麦入り) 中華コンソメスープ 麻婆豆腐 餃子 三色ナムル	ご飯(麦入り) 味噌汁(卵・かいわれ) さばの塩焼き ピーマンとちくわの炒め物 フルーツ(キウイ)	ご飯(麦入り) 味噌汁(里芋・長葱) 豚肉の甘辛炒め ちんげん菜のさっと煮 卵豆腐
	19日 (月)	20日 (火)	21日 (水)	22日 (木)	23日 (金)	24日 (土)	25日 (日)
朝	ご飯(麦入り) 味噌汁(玉葱・しめじ) 鶏肉とさつま芋の煮物 白菜の青じそ風味サラダ 牛乳	パン(白パン・チョコレド) なすのスープ スクランブルエッグ 牛乳	ご飯(麦入り) 味噌汁(青梗菜・長葱) 高野豆腐の卵とじ 温野菜サラダ 牛乳	ご飯(麦入り) 味噌汁(玉葱・人参) チーズ入り菜ごもり卵 ブルコリーの辛子和え 牛乳	パン(レーズン・クリーム) カレー風味のスープ ソーセージと卵のソテー 牛乳	ご飯(麦入り) 味噌汁(茄子・人参) 千草焼き フルーツ缶(パイナップル) 牛乳	ロールパン(マーマレード) ポタージュ ベーコンチーズスクランブル フルーツ缶(カクテル)
昼	ご飯(麦入り) 味噌汁(なめこ・小松菜) 豆腐ハンバーグ ポン酢だれ ひじきの煮物 スナップえんどうのおかか和え	ちゃんぽん種 ブロッコリーのツナマヨ和え ゼリー入りフルーツポンチ	ライス マカロニスープ チキンのバーベキューソース コーンサラダ ヨーグルト(ストロベリー)	三色丼 味噌汁(じゃが芋・青ねぎ) 五目金平 白菜の浅漬	カニ風味チャーハン 中華スープ(春雨・木耳) 豚肉オニオン炒め マンゴプリン	ケチャップライス 野菜スープ 白身魚とポテトのグラタン ピーチゼリー	ほうとう風うどん 長芋のオクラ和え グレープゼリー
夕	ご飯(麦入り) 味噌汁(白玉・かいわれ) サワラの磯辺揚げ れんこんの塩炒め フルーツ(バナナ)	ご飯(麦入り) 味噌汁(あさり・豆腐) 豚肉の生姜焼き 南瓜の含め煮 ほうれん草の和え物	ご飯(麦入り) すまし汁(そうめん・みつ菜) あじの醤油麹焼き 大根の肉味噌がけ 漬物(青かっぱ)	ご飯(麦入り) 中華スープ(オクラ・えのき) 豚キムチ炒め 変わり冷奴 フルーツ(りんご)	ご飯(麦入り) 味噌汁(庄内・かいわれ) 鶏肉の照り焼き 厚揚げと南瓜の炊き合わせ 白菜の柚子和え	ご飯(麦入り) 味噌汁(わかめ・もやし) 肉豆腐 里芋の和風マヨネーズ焼き 漬物(さくら漬)	ご飯(麦入り) すまし汁(花魁・長葱) さわらのもろみ味噌焼き 蓮根の山椒風味炒め わさび豆腐
	26日 (月)	27日 (火)	28日 (水)	29日 (木)	(金)	(土)	(日)
朝	ご飯(麦入り) 味噌汁(大根・かいわれ) 野菜のツナ炒め ちんげん菜のごま和え 牛乳	ジャムパン コンソメスープ(キャベツ・コーン) ハムエッグ フルーツ缶(黄桃)	ご飯(麦入り) 味噌汁(かぶ・人参) はんぺんの卵とじ スナップえんどうのり浸し 牛乳	ご飯(麦入り) 味噌汁(冬瓜・大根菜) 豚肉と野菜の炒め物 小松菜としめじの和え物 牛乳			
昼	味噌豚丼 すまし汁(蒲鉾・みつ菜) 切り昆布の煮物 もみじ饅頭	ライス オニオンスープ カレイのパン粉焼き きのこのソテー ビーンズサラダ	ご飯(麦入り) 味噌汁(里芋・青ねぎ) ホーケーマッシュド風味ソース 切干大根の炒め煮 ほうれん草の生姜和え	チキンカレー かにかまサラダ エクレア			
夕	ご飯(麦入り) おでん キャベツの明太炒め 胡瓜のしそ漬 オレンジゼリー	ご飯(麦入り) 味噌汁(白菜・枝竹) 豚肉の香味炒め 里芋の煮ころがし 漬物(さくら漬)	ご飯(麦入り) 味噌汁(豆腐・わかめ) あじの山椒焼き 大豆五目煮 フルーツ(キウイ)				

※食材仕入れの都合上、献立を変更する場合があります。ご了承ください。