

2024年2月



山水園 献立表



| | 2月1日(木) | 2月2日(金) | 2月3日(土) | 2月4日(日) | 2月5日(月) | 2月6日(火) | 2月7日(水) |
|------------|--|---|--|--|---|--|--|
| 朝食 | 御飯 厚焼き玉子 小松菜のお浸し みそ汁(大根・わかめ) カルシウム牛乳 | 御飯 厚揚げの煮物 ほうれん草の和え物 みそ汁(里芋・水菜) カルシウム牛乳 | ロールパン2種 じゃが芋のコンソメ煮 カリフラワーのドレッシング和え カルシウム牛乳 | 御飯 がんもの煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(畑菜・おつゆ麩) カルシウム牛乳 | 御飯 ちくわの炒り煮 春菊のおかか和え みそ汁(さつま芋・えのき) カルシウム牛乳 | 御飯 炒り豆腐 オクラのなめたけ和え みそ汁(大根・貝割れ) カルシウム牛乳 | 御飯 白菜とツナの炒め物 温泉卵 みそ汁(里芋・わかめ) カルシウム牛乳 |
| 昼食 | 御飯 たらの野菜あんかけ れんこんきんぴら みそ汁(椎茸・おつゆ麩) フルーツ缶(白桃) | 麦ご飯 豚肉のごま風味炒め マカロニサラダ みそ汁(豆腐・長ねぎ) フルーツ缶(マンゴー) | 【節分】 卵巻きずし・いなり 大豆のサラダ みそ汁(青菜・えのき) フルーツ缶(みかん) | 御飯 鶏肉のカレー風味焼き 里芋の煮っころがし みそ汁(わかめ・玉ねぎ) フルーツ缶(洋梨) | 御飯 ひらすのバター醤油焼き もずくと胡瓜の甘酢和え みそ汁(わかめ・万能ねぎ) フルーツ缶(りんご) | 味噌ラーメン 焼き餃子 フルーツ缶(パイナップル) | 親子丼 ハムと小松菜の和え物 みそ汁(うずまき麩・豆苗) フルーツ缶(黄桃) |
| おやつ | どら焼きカスタード | ココアワッフル | 練り切り(赤鬼) | モカロールケーキ | カスタードケーキ | グレープゼリー | 黒糖まんじゅう |
| 夕食 | 御飯 豚肉の味噌炒め もやしの柚子しょうゆ和え お吸い物(冬瓜・三つ葉) | 御飯 カレーのムニエル ごぼうの炒り煮 お吸い物(かまぼこ・貝割れ) | 御飯 あじのかば焼き なすの含め煮 みそ汁(いんげん・もやし) | 御飯 さわらのさっぱり煮 切干大根の炒め煮 みそ汁(じゃが芋・大根葉) | 御飯 焼き肉 畑菜のお浸し みそ汁(キャベツ・油揚げ) | 御飯 チキンカツ 大豆とひじきの煮物 みそ汁(もやし・ほうれん草) | 御飯 白身魚の味噌チーズ焼き かぼちゃの含め煮 お吸い物(かぶ葉・そうめん) |

山水園

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



| | 2月8日(木) | 2月9日(金) | 2月10日(土) | 2月11日(日) | 2月12日(月) | 2月13日(火) | 2月14日(水) |
|------------|---|---|---|---|---|---|--|
| 朝食 | 御飯 鶏肉と里芋の煮物 青菜のお浸し みそ汁（もやし・大根葉） カルシウム牛乳 | 雑炊 肉団子オニオンソース ほうれん草のピーナッツ和え カルシウム牛乳 | 御飯 納豆 さつま揚げといんげんの炒め物 みそ汁（玉ねぎ・水菜） カルシウム牛乳 | 御飯 肉詰めいなりの煮物 白菜の磯和え みそ汁（うまい菜・おつゆ麩） カルシウム牛乳 | 御飯 豆腐の含め煮 なすのお浸し みそ汁（玉ねぎ・しめじ） カルシウム牛乳 | 御飯 かにかま入り炒り卵 しろ菜のおかか和え みそ汁（さつま芋・ねぎ） カルシウム牛乳 | 御飯 厚揚げの含め煮 青菜のごま和え みそ汁（じゃが芋・いんげん） カルシウム牛乳 |
| 昼食 | 御飯 揚げ豆腐の野菜あん ベーコンとキャベツの炒め物 みそ汁（冬瓜・豆苗） フルーツ缶（カクテル） | 御飯 松風焼き なすの揚げ浸し お吸い物（素麺・貝割れ） フルーツ（オレンジ） | 御飯 めぬけの葱塩焼き かぼちゃサラダ みそ汁（油揚げ・キャベツ） フルーツ缶（白桃） | 【建国記念日】 御飯 ぶりの照り焼き 青梗菜の炒め物 沢煮椀 フルーツ（バナナ） | 麦ご飯 白身魚のマスタード焼き 冬瓜の煮物 みそ汁（小松菜・うすまき麩） フルーツ缶（パイン） | かき揚げそば 肉じゃが いちごゼリー | 御飯 ミートローフ グリーンサラダ コンソメスープ（アスパラ・白アスパラ） フルーツ（オレンジ） |
| おやつ | いちごムース | ワッフル | 和のパンケーキ | おせんべい | マドレーヌ | プリン | チョコムース |
| 夕食 | 麦ご飯 さわらの生姜煮 カリフラワーの甘酢漬け お吸い物（はんぺん・ねぎ） | 御飯 さばの塩麴焼き 白菜のお浸し お吸い物（かまぼこ・みつ葉） | 御飯 ポークチャップ かぶの洋風煮 コンソメスープ（レタス・コーン） | 御飯 かに入り卵焼き和風あんかけ ブロッコリーのドレッシング和え みそ汁（大根・大根の葉） | 御飯 鶏肉の竜田揚げ 青菜の炒め物 お吸い物（貝割れ・つみれ） | 麦ご飯 たらのチャンチャン焼き風 かぶの水晶煮 みそ汁（ほうれん草・しいたけ） | 御飯 フライ盛り合わせ 花野菜のドレッシング和え みそ汁（豆腐・絹さや） |

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



| | 2月15日(木) | 2月16日(金) | 2月17日(土) | 2月18日(日) | 2月19日(月) | 2月20日(火) | 2月21日(水) |
|------------|--|---|--|---|--|---|--|
| 朝食 | 御飯 ミートボール柚子おろし しろ菜の辛し和え みそ汁(玉ねぎ・油揚げ) カルシウム牛乳 | 御飯 がんもの煮物 春菊のごまよごし みそ汁(おつゆ麩・キャベツ) カルシウム牛乳 | 御飯 だし巻き卵 白菜の和え物 みそ汁(畑菜・椎茸) カルシウム牛乳 | 御飯 野菜炒め ブロッコリーのしらす和え みそ汁(かぶ・かぶの葉) カルシウム牛乳 | 御飯 炒り豆腐 オクラのお浸し みそ汁(しろ菜・うすまき麩) カルシウム牛乳 | 御飯 さつま揚げと里芋の煮物 青梗菜のお浸し みそ汁(白菜・貝割れ) カルシウム牛乳 | 食パン かぶのクリーム煮 カリフラワーサラダ カルシウム牛乳 |
| 昼食 | 御飯 めぬけの漬け焼き もやしの和え物 お吸い物(かまぼこ・豆苗) フルーツ缶(りんご) | 三色丼 ふろふき大根 お吸い物(素麺・大根葉) フルーツ(バナナ) | 御飯 豚肉の生姜焼き 切干大根の炒め煮 お吸い物(かまぼこ・貝割れ) フルーツ缶(白桃) | 御飯 カレーのおろし煮 小松菜の和風和え みそ汁(卵・えのき) フルーツ缶(カクテル) | 御飯 鶏肉のオニオンソースがけ スパゲッティサラダ コンソメスープ(レタス・コーン) フルーツ(いちご) | 御飯 ポークカレー コールスローサラダ 香の物(福神漬け・らっきょう) フルーツ(バナナ) | 御飯 野菜豆腐ハンバーグ れんこんきんぴら みそ汁(菜の花・人参) フルーツ缶(みかん) |
| おやつ | 豆乳ドーナツ | 芋ようかん | たい焼き | そば饅頭 | ライチゼリー | 味噌まんじゅう | チョコクレープ |
| 夕食 | 御飯 豚肉のうま塩炒め ぜんまい煮 みそ汁(うまい菜・しめじ) | 御飯 めばるの生姜醤油焼き 青梗菜の煮浸し お吸い物(小花麩・菜の花) | 御飯 たらの揚げ浸し なすの含め煮 みそ汁(じゃが芋・水菜) | 御飯 回鍋肉 しゅうまい 中華スープ(ワカメ・絹さや) | 御飯 ベーコンのキッシュ じゃが芋のバター炒め コンソメスープ(アスパラ・人参) | 麦ご飯 あじのきのこ蒸し きゅうりの塩昆布漬け みそ汁(なす・ねぎ) | 御飯 めぬけの山椒煮 絹揚げと大根の味噌炒め お吸い物(つみれ・三つ葉) |

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



| | 2月22日(木) | 2月23日(金) | 2月24日(土) | 2月25日(日) | 2月26日(月) | 2月27日(火) | 2月28日(水) |
|------------|--|--|--|---|--|--|--|
| 朝食 | 御飯 ちくわの炒め煮 ほうれん草とツナの和え物 みそ汁(豆苗・油揚げ) カルシウム牛乳 | 御飯 納豆 野菜つみれと冬瓜の煮物 みそ汁(かぶ・うまい菜) カルシウム牛乳 | 御飯 野菜炒め オクラのおかか和え みそ汁(もやし・しめじ) カルシウム牛乳 | 御飯 肉詰めいなりの煮物 大根サラダ みそ汁(南瓜・ねぎ) カルシウム牛乳 | 御飯 ミートボール黒酢ソース 小松菜のくるみ和え みそ汁(なめこ・ワカメ) カルシウム牛乳 | 御飯 だし巻き卵 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁(じゃが芋・貝割れ) カルシウム牛乳 | 御飯 ウインナーの野菜炒め 春菊の和え物 みそ汁(うまい菜・えのき) カルシウム牛乳 |
| 昼食 | 御飯 さばの漬け焼き ブロッコリーの和風和え お吸い物(春菊・しいたけ) フルーツ缶(洋梨) | 御飯 豚肉のハニーマスタード炒め もやしのドレッシング和え コンソメスープ(白菜・豆苗) フルーツ缶(黄桃) | 【北海道 郷土料理】 御飯 ザンギ ポテトサラダ 石狩汁 メロンゼリー | 麦ご飯 白身魚のさらさ焼き 里芋のそぼろ煮 みそ汁(白菜・かぶ葉) フルーツ缶(白桃) | 御飯 豚肉と野菜の中華炒め 青梗菜の中華和え 中華スープ(卵・コーン) フルーツ(オレンジ) | 御飯 たらこのムニエル ハムともやしの炒め物 コンソメスープ(アスパラ・玉ねぎ) フルーツ缶(カクテル) | コッペパン・バターロール ビーフシチュー カリフラワーサラダ フルーツ缶(洋梨) |
| おやつ | 杏仁豆腐 | ウエハース | ずんだどら焼き | おせんべい | ロールケーキいちご | ようかん | ココアワッフル |
| 夕食 | 御飯 彩り擬製豆腐 焼きビーフン みそ汁(おつゆ麩・しろ菜) | 御飯 めだいの味噌マヨネーズ焼き ひじきの五目煮 お吸い物(三つ葉・はんぺん) | 麦ご飯 カレーの煮付け ほうれん草ソテー みそ汁(冬瓜・絹さや) | 御飯 チンジャオロース しろ菜のナムル 中華スープ(春雨・にら) | 御飯 さばの漬け焼き ピーマンのごま炒め みそ汁(なす・長ねぎ) | 麦ご飯 鶏肉の葱塩焼き 野菜サラダ みそ汁(さつま芋・大根葉) | 御飯 カレーの和風ムニエル ブロッコリーサラダ お吸い物(はんぺん・水菜) |

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



| | 2月29日(木) | 1月0日(土) | 1月0日(土) | 1月0日(土) | 1月0日(土) | 1月0日(土) | 1月0日(土) |
|------------|---|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 朝食 | 御飯 がんもと大根の煮物 いんげんのごま和え みそ汁(白菜・ねぎ) カルシウム牛乳 | | | | | | |
| 昼食 | 御飯 めばるのバター醤油焼き さつまいもの煮物 みそ汁(かぶ・かぶ葉) フルーツ(バナナ) | | | | | | |
| おやつ | 蒸しパン | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 夕食 | 御飯 鶏肉の山椒焼き 小松菜のピーナッツ和え みそ汁(キャベツ・油揚げ) | | | | | | |

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。