

2023年2月



山水園 献立表



	2月1日(水)	2月2日(木)	2月3日(金)	2月4日(土)	2月5日(日)	2月6日(月)	2月7日(火)
朝食	御飯 厚焼き玉子 小松菜のお浸し みそ汁(大根・若布) 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 竹輪の炒り煮 春菊のおかか和え みそ汁(里芋・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・貝割れ菜) 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
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 かれいの和風ムニエル ごぼうの炒り煮 お吸い物(蒲鉾・貝割れ菜) フルーツ缶(マンゴー)	【節分】 太巻き 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 茄子の揚げ浸し コンソメスープ(玉葱・コーン) フルーツ缶(洋梨)	御飯 ひらすのバター醤油焼き 白菜ときゅうりの和え物 みそ汁(若布・葱) フルーツ缶(りんご)	味噌ラーメン 焼き餃子 フルーツ缶(パイン)	御飯 和風卵焼き 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	グレープゼリー	カスタードケーキ	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 お吸物(冬瓜・三つ葉)	御飯 豚肉の胡麻風味炒め マカロニサラダ みそ汁(豆腐・長葱)	御飯 あじの蒲焼き 茄子の含め煮 みそ汁(白菜・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・いんげん)	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 焼き肉 畑菜のお浸し みそ汁(キャベツ・油揚げ)	御飯 白身魚のみそチーズ焼き かぼちゃの含め煮 お吸物(素麺・蒲鉾)

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(水)	2月9日(木)	2月10日(金)	2月11日(土)	2月12日(日)	2月13日(月)	2月14日(火)
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	御飯 白菜とツナの炒め物 温泉卵 みそ汁（里芋・若布） 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（もやし・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 茄子のお浸し みそ汁（玉葱・しめじ） カルシウム牛乳	御飯 炒り卵 青菜のおかか和え みそ汁（じゃが芋・いんげん） 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（さつま芋・葱） カルシウム牛乳
昼食	御飯 めぬけの葱塩焼き 南瓜サラダ みそ汁（白菜・油揚げ） フルーツ缶（みかん）	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 里芋の煮ころがし お吸物（素麺・貝割れ菜） フルーツ（オレンジ）	【建国記念の日】 御飯 ぶりの照り焼き ベーコンと青梗菜の炒め 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）	御飯 豚肉の生姜焼き 切干大根の炒め煮 お吸物（蒲鉾・貝割れ菜） フルーツ缶（白桃）	御飯 ミートローフ グリーンサラダ コンソメスープ（マッシュルーム・人参） フルーツ（オレンジ）
おやつ	いちごムース	ワッフル	和風パンケーキ	マドレーヌ	おせんべい	プリン	チョコレートムース
夕食	御飯 ポークチャップ ソーセージといんげんのソテー お吸物（はんぺん・葱）	御飯 さばの塩麴焼き 白菜のゆかり和え お吸物（蒲鉾・三つ葉）	麦ご飯 さわらの生姜煮 カリフラワーの甘酢漬け みそ汁（キャベツ・人参）	御飯 かに入り卵焼き 和風あんかけ フロコリーのドレッシング和え みそ汁（大根・大根葉）	御飯 鶏肉の竜田揚げ しらすと青梗菜の炒め物 お吸物（貝割れ菜・つみれ）	麦ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き かぶの水晶煮 みそ汁（ほうれん草・椎茸）	麦ご飯 かれいの煮付け ほうれん草ソテー 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(水)	2月16日(木)	2月17日(金)	2月18日(土)	2月19日(日)	2月20日(月)	2月21日(火)
朝食	御飯 鶏つくね しろなのからし和え みそ汁(玉葱・油揚げ) カルシウム牛乳	御飯 さばの塩焼き 白菜の和え物 みそ汁(畑菜・椎茸) 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 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・うずまき麩) 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・貝割れ菜) 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 めぬけの柚庵焼き もやしの和え物 お吸物(蒲鉾・豆苗) フルーツ缶(りんご)	かき揚げそば 肉じゃが いちごゼリー	三色丼 ふろふき大根 お吸物(素麺・豆苗) フルーツ(バナナ)	御飯 さわらのおろし煮 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 スパゲティサラダ コンソメスープ(レタス・コーン) フルーツ缶(白桃)	御飯 ポークカレー コールスローサラダ 香の物(福神漬・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(若布・玉葱) 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 豚肉のポン酢炒め 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 チンゲン菜のお浸し お吸い物(小花麩・菜の花)	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)	御飯 回鍋肉 焼売 中華スープ(若芽・絹さや)	麦ご飯 たらの揚げ浸し 茄子の含め煮 みそ汁(じゃが芋・チンゲン菜)	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・葱)	御飯 めぬけの山椒煮 絹揚げと大根の味噌炒め お吸物(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(水)	2月23日(木)	2月24日(金)	2月25日(土)	2月26日(日)	2月27日(月)	2月28日(火)
朝食	御飯 竹輪の炒め煮 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 ミートボール黒酢ソース 小松菜のくるみ和え みそ汁(南瓜・葱) 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(もやし・若布) カルシウム牛乳	御飯 ウインナーソテー 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 だし巻卵 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁(じゃが芋・貝割れ菜) カルシウム牛乳	御飯 鶏肉と大根の煮物 いんげんのごま和え 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 お吸物(春菊・椎茸) 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) いちご(あまおう)	【宮城県郷土料理】 御飯 かれいの煮付け 笹かまと小松菜のおかか和え 呉汁 りんごゼリー	麦ご飯 白身魚のさらさ焼き 里芋の煮物 みそ汁(白菜・かぶの葉) フルーツ缶(白桃)	御飯 豚肉と野菜のオイスター炒め 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 たらふくニエル タルタルソース ハムともやしの炒め物 コンソメスープ(畑菜・玉葱) フルーツ缶(カクテル)	御飯 めばるのバター醤油焼き さつま芋の煮物 みそ汁(かぶ・葱) フルーツ(バナナ)
おやつ	杏仁豆腐	ウエハース	ずんだどら焼き	いちごのロールケーキ	おせんべい	ようかん	蒸しパン
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 めだいのみそマヨ焼き ひじきの五目煮 お吸物(三つ葉・はんぺん)	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 青椒肉絲 しろなのナムル 中華スープ(春雨・ニラ)	御飯 銀だらの漬け焼き ピーマンのごま炒め みそ汁(なめこ・長葱)	御飯 ささみチーズフライかにクリームコロッケ 花野菜のドレッシング和え みそ汁(冬瓜・絹さや)	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。