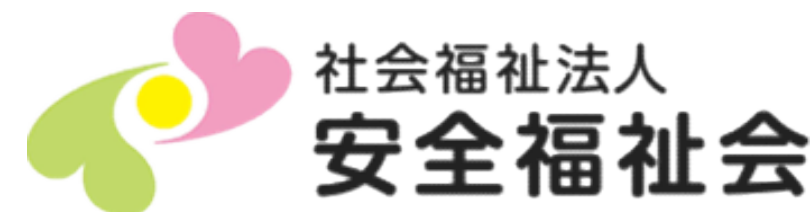




令和5年2月 献立表



	1	2	3	4	5	6	7
	水	木	金	土	日	月	火
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 五目大豆煮 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 大根のそぼろ煮 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 里芋煮 牛乳 桜漬け	麦ご飯 味噌汁 魚肉ソーセージソテー 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 煮奴 ジョア たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 きのこのベーコン炒め 牛乳 Feふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 なす煮 牛乳 牛乳
昼食	ご飯 鰯の西京焼き 青梗菜のゴマ酢和え きのこのレモン炒め 西洋なし缶	シラスとシソの混ぜご飯 とんこつラーメン きゅうりの酢の物 オレンジ	助六寿司 吸い物 小松菜のクルミ和え がんもとふきの煮物 きなこプリン	ご飯 豚肉の梅肉炒め かぼちゃの昆布和え あげ天煮 パイン缶	ご飯 ミートローフ ハムサラダ 白菜のコンソメ煮 みかん	高菜チャーハン 春雨スープ パプリカサラダ 蒸しえび餃子 杏仁豆腐	ご飯 白身魚の磯辺揚げ カリフラワーのレモン和え いんげん煮 西洋なし缶
3時	揚げパン	どら焼き	鬼まんじゅう	カステラ		白玉ぜんざい	チーズケーキ
夕食	ご飯 鶏のオレンジ煮 さつま芋サラダ アスパラソテー キウイ	ご飯 えびと豆腐のチリソース煮 なすの中華和え セロリの金平風 黄桃缶	ご飯 カレイの生姜煮 キャベツのお浸し れんこんの甘辛炒め りんご	ご飯 かに玉 はんぺんの卸和え 舞茸のしぐれ煮 バナナ	麦ご飯 サバの塩焼き とろろ ほうれん草の煮浸し 白桃缶	ご飯 肉じゃが トマトと大葉の和え物 もやしのツナ炒め キウイ	ご飯 厚揚げの肉みそかけ 人参のタラコ和え さつま芋煮 オレンジ

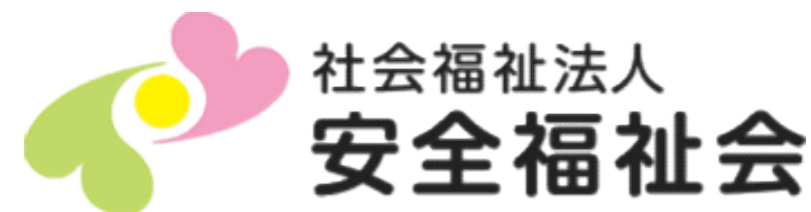


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和5年2月 献立表



	8	9	10【昼食選択日】	11	12	13	14
	水	木	金	土	日	月	火
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 なす煮 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 キャベツの中華炒め 牛乳 スクランブルエッグ	カルシウムご飯 味噌汁 スクランブルエッグ 牛乳 たいみそ	麦ご飯 味噌汁 ピーマンソテー 牛乳 青かつぱ	カルシウムご飯 味噌汁 いんげんとあげ天煮 ジョア のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 高野豆腐煮 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 長いもの白煮 牛乳 野沢菜漬け
昼食	ひじきご飯 鶏の幽庵焼き 菜の花の菜種和え かぶ煮 りんご	ご飯 牛肉と野菜のプルコギ風 きゅうりの梅和え はんぺん煮 バナナ	①親子丼 ②豚丼 味噌汁 めかぶ和え 白桃缶	鮭ご飯 けんちんうどん キャベツのほたて和え キウイ	ご飯 赤魚のおきな煮 里芋の和風サラダ もやしのベーコン炒め オレンジ	ご飯 エビフライ 大根のドレッシング和え 厚揚げ煮 パイン缶	サンドイッチ ポトフ トマトサラダ ミニチキンカツ カルピスゼリー
3時	クレープ	シュークリーム	黒ゴマプリン	ミルクもち		今川焼	ブラウニー
夕食	ご飯 鮭のクリームソースかけ 豆腐サラダ 山菜煮 黄桃缶	ご飯 鶏団子のきのこあんかけ アスパラの辛子和え 切干大根煮 パイン缶	ご飯 太刀魚のチーズ焼き レタスのドレッシング和え うずら豆の甘煮 みかん	ご飯 なすとひき肉の甘辛炒め 春菊の磯和え かぼちゃのゴマ煮 西洋なし缶	ご飯 五目卵焼き きのこのポン酢和え 玉ねぎのしぐれ煮 黄桃缶	ご飯 蒸し魚(鱈)の野菜田楽 セロリのツナマヨ和え ピーマンの醤油炒め バナナ	ご飯 八宝菜 青梗菜のピーナッツ和え 卵の花炒め りんご

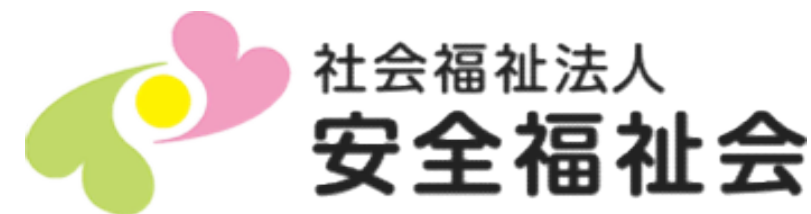


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和5年2月 献立表



	15	16	17	18	19	20【昼食選択日】	21
	水	木	金	土	日	月	火
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 炒り豆腐 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 もやしのゴマ油炒め 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 玉ねぎのおかか煮 牛乳 たくあん漬け	麦ご飯 味噌汁 温泉卵 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 舞茸のバター醤油炒め ジョア しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 かぶのくず煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 菜の花ソテー 牛乳 ゆずみそ
昼食	ビーフカレーライス マカロニサラダ はんぺんのタラコ焼き みかんヨーグルト 福神漬け	ご飯 ブリの照り焼き かぶなます がんもの含め煮 オレンジ	ゆかりご飯 山菜そば 小松菜とささみの和え物 りんご	ご飯 蒸し鶏 白菜のゆず和え ぜんまい煮 バナナ	菜飯 おでん もやしの酢の物 ピーマンソテー パイン缶	ご飯 ①めばるの煮つけ ②煮込みハンバーグ ひじきサラダ キャベツソテー みかん	ご飯 豚肉のパイナップルソースかけ かぼちゃサラダ しいたけ煮 西洋なし缶
3時	たこ焼き	パナコッタ	ロールケーキ	かぼちゃの浮き島		フレンチトースト	ワッフル
夕食	ご飯 穴子とごぼうの柳川風煮 ブロッコリーの梅和え なすソテー キウイ	ご飯 南瓜コロッケ いんげんのわさび和え ビーフン炒め 白桃缶	ご飯 ホキのみぞれあんかけ さつま芋のゴマ和え 人参金平 西洋なし缶	麻婆豆腐丼 わかめスープ レタスの和風サラダ デザートムース(オレンジ)	ご飯 鱈のマヨネーズ焼き トマトのドレッシング和え ふきの青煮 キウイ	ご飯 鶏肉のオイスターソース炒め ほうれん草のきのこの和え 蒸しシュウマイ 黄桃缶	ご飯 エビ団子と豆腐の煮込み いんげんの生姜和え セロリの卵炒め バナナ

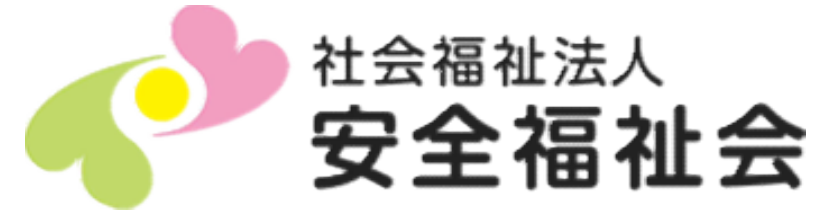


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和5年2月 献立表



	22	23【誕生会】	24	25	26	27	28
	水	木	金	土	日	月	火
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 白花豆の甘煮 牛乳 青かっぱ	カルシウムご飯 味噌汁 もやしのツナ煮 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 干びょう煮 牛乳 のり佃煮	麦ご飯 味噌汁 ブロッコリーのコンソメ煮 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 ひじきの炒り煮 ジョア 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 かぼちゃのいとし煮 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 絹さやの卵とじ 牛乳 たくあん漬け
昼食	ご飯 すき焼き風煮 カリフラワーのクルミ和え なすソテー りんご	海鮮丼 茶わん蒸し 春菊と白菜のお浸し 五目金平 キウイ、チェリー缶	ご飯 鮭の甘酢あんかけ キャベツのゴマ和え 里芋煮 オレンジ	和風オムライス 野菜スープ グリーンサラダ フルーツポンチ	ご飯 豆腐チャンプルー 春雨の中華和え きのこのしぐれ煮 キウイ	パン ベーコンとアスパラのスパゲティ コーンスープ コールスローサラダ 西洋なし缶	ご飯 鶏のマスタード焼き さつま芋のピーナッツ和え 厚揚げ煮 みかん
3時	マドレーヌ	黒糖まんじゅう	フルーチェ	蒸しパン		ババロア	抹茶ようかん
夕食	ご飯 ツナオムレツ 海藻サラダ あげ天煮 ミルクゼリー	ご飯 鶏のバジル焼き じゃが芋のずんだ和え 大根のべっこう煮 みかん缶	ご飯 ミックスフライ アスパラのタラコ和え 青梗菜の煮浸し パイン缶	ご飯 サバのみりん焼き 人参ナムル 高野豆腐煮 りんご	ご飯 牛肉とごぼうのみそ煮 ピーマンのシラス和え はんぺんの黄身付け焼き 白桃缶	ご飯 メルルーサの蕪蒸し 小松菜のおかか和え もやしの塩炒め バナナ	キーマカレー 切干大根ときゅうりのサラダ いちごヨーグルト 福神漬け



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。