○○ 献 立 一 覧 表 ○○

2021年 ２月

［老健いぶき］

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)
朝食	ご飯 味噌汁 ツナじゃが 白菜の桜和え 漬物	ご飯 味噌汁 炒り玉子 春菊ごま酢漬 ふりかけ	ご飯 味噌汁 ちくわの煮物 ほうれん草のなめ茸和え 煮豆	ご飯 味噌汁 洋風煮 納豆 漬物	ご飯 味噌汁 冬瓜のそぼろ煮 オクラの塩昆布和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉団子の中華炒め ピーマンのしらす和え たいみそ	ご飯 味噌汁 玉子とじ 小松菜のおかか和え ふりかけ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 クリームコロッケ 冬瓜の炒め物 フルーツカクテル	～節分メニュー～ 大豆茶飯 清汁 いわしの生姜煮 彩り華サラダ フルーチェ	五目ラーメン 蒸し餃子 白菜の信田和え	ご飯 清汁 鯖の塩焼き 菜の花の錦糸和え 黄桃缶	ご飯 わかめスープ 豚と茄子の生姜炒め ミニおでん パイン缶	チキンカレー タマゴサラダ 福神漬け ｸﾗｯｼｭｾﾞﾘｰ(ﾋﾞﾀﾐﾝ強化)	ビビンバ 中華スープ 春雨サラダ みかん缶
昼間食	朝食バナナカステラ	恵方ろーるけーき	ベリーケーキ	褥瘡予防デザート (スイートポテト)	マンゴープリン	カステラ	プリン
夕食	ご飯 清汁 カレイの煮付け 卯の花 菜の花の梅和え	ご飯 味噌汁 野菜焼き肉 南瓜の煮物 大根のゆず和え	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ 金平ごぼう チンゲン菜とハムのサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉の香り蒸し レンコンの明太炒り カリフラワーの甘酢和え	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ オムレツトマトソース 大学芋 ほうれん草とツナのサラダ	ご飯 味噌汁 メバルの磯焼き ひじきとさつま揚げの煮物 キャベツのごま和え	ご飯 清汁 炒り鶏 茄子のソテー 春菊の生姜和え

＊都合により献立を変更することがあります。

○○ 献 立 一 覧 表 ○○

2021年 ２月

［老健いぶき］

	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)
朝食	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 大根サラダ 漬物	ご飯 味噌汁 三色高野煮 白菜の塩糀和え 梅干し	ご飯 味噌汁 エビボールの野菜炒め キャベツのピーナッツ和え たいみそ	ご飯 味噌汁 ウインナーソテー ポテトサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 甘辛ミートボール もやしの中華和え 漬物	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 カリフラワーのオーロラサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 惣菜信田煮 なます 煮豆
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 鮭のクリームソース マカロニサラダ パイン缶	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ スパニッシュオムレツ ごぼうサラダ 白桃缶	ご飯 清汁 鰆の利休煮 蓮根の味噌炒め フルーツカクテル	炊き込みご飯 清汁 揚げ出し豆腐のきのこあんかけ ブロッコリーのツナ和え みかん缶	ご飯 味噌汁 チキン南蛮漬け さつま芋のあずき煮 フルーチェ	二色丼 味噌汁 冬瓜の煮物 チョコレートムース （バレンタインイブ）	～ﾊﾞﾚﾝﾀｲﾝﾃﾞｰﾒﾆｭｰ～ キャロットピラフ 玉子スープ ロールキャベツのクリーム煮 南瓜サラダ パイン缶
昼間食	やわらかおか（きなこ）	褥瘡予防デザート （レアチーズ）	マロンムース	コーヒーゼリー	～あったかおやつ～ 今川焼（カスタード）	ロールケーキ（バニラ）	～バレンタイン～ 生チョコケーキ
夕食	ご飯 清汁 エビカツ 豆腐のひき肉味噌かけ ブロッコリーの中華和え	ご飯 味噌汁 鶏の塩糀焼き ひじきと大豆の煮物 菜の花のお浸し	ご飯 味噌汁 肉じゃが かに焼売 オクラ和え	ご飯 味噌汁 蒸し鶏のバンバンジー風 わかめの当座煮 白菜の梅和え	ご飯 中華スープ かに風味玉子とじ 茄子のにんにく炒め チンゲン菜サラダ	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 ポテトフライ ほうれん草のごまドレサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉の治部煮 れんこんの高菜炒め もやしサラダ

＊都合により献立を変更することがあります。

○○ 献 立 一 覧 表 ○○

2021年 ２月

［老健いぶき］

	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)
朝食	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 カリフラワーの甘酢漬け たいみそ	ご飯 味噌汁 いろどり団子の煮物 海藻サラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 里芋のそぼろあんかけ 納豆 漬物	ご飯 味噌汁 オムレツ ブロッコリーサラダ のり佃煮	ご飯 味噌汁 がんもの煮物 白菜の生姜和え 煮豆	ご飯 味噌汁 竹輪と里芋の煮物 ほうれん草のささみ和え たいみそ	ご飯 味噌汁 厚揚げと小松菜の炒め物 キャベツのフレンチドレ和え 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ハヤシライス ジャーマンポテト コールスロー オレンジ	ご飯 味噌汁 チーズハンバーグ ほうれん草のお浸し 黄桃缶	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め 南瓜の甘煮 みかん缶	～食べるスープの日～ ご飯 カリフラワーのミルクスープ 鶏肉のレモン蒸し マセドアンサラダ フルーツカクテル	かきたまうどん 天ぷら盛合せ こんにゃくと胡瓜の梅和え	ご飯 青菜のスープ 肉団子の甘酢炒め カリフラワーのサラダ 白桃缶	ご飯 味噌汁 あじの塩焼き 刻み昆布煮 パイン缶
昼間食	苺クレープ	アップルパイ	抹茶ミルクプリン あんこ添え	ホットケーキ	褥瘡予防デザート （コーヒー）	やわらかおかき（砂糖醤油）	パターラ（チーズ）
夕食	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 里芋の煮物 青菜のサラダ	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ チキンステーキ ピーマン金平 白菜のゆず和え	ご飯 コンソメスープ 牛肉コロッケ 切干大根煮 アスパラサラダ	ご飯 清汁 白身魚のトマト煮 ひじき入り蒲鉾 小松菜和え物	ご飯 味噌汁 肉豆腐 筍の高菜炒め もやしのごまドレサラダ	ご飯 味噌汁 若鶏の唐揚げ クリーム煮 大根の磯香和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の中華炒め 蓮根の煮物 スパサラダ

＊都合により献立を変更することがあります。

○○ 献 立 一 覧 表 ○○

2021年 ２月

［老健いぶき］

	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)
朝食	ご飯 味噌汁 豆腐の挽肉包み焼き ほうれん草のわさび和え うずら煮豆	ご飯 味噌汁 えびボールの野菜炒め 白菜の浅漬け たいみそ	ご飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 ブロッコリーのごまドレサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉団子の炒め物 もやしの中華サラダ	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 キャベツの桜和え たいみそ	ご飯 味噌汁 いか団子の煮物 菜の花のピーナツ和え 漬物	ご飯 味噌汁 ソーセージソテー 納豆 ふりかけ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 親子煮 大根サラダ みかん缶	～天皇誕生日～ 赤飯 清汁 ぶりの照焼き 小松菜の和風和え フルーチェ	カツカレー 彩りチーズサラダ 福神漬け ｸﾗｯｼｭｾﾞﾘｰ(ﾋﾞﾀﾐﾝ強化)	青菜とじゃこのご飯 つみれのスープ 大根と豚肉のトマ味噌炒め かぼちゃｻﾗﾀﾞ 黄桃缶	ご飯 味噌汁 鯖の煮付け 白菜の辛子和え バナナ	ご飯 味噌汁 鶏肉のｺｰﾝﾏﾖﾈｰｽﾞｿｰｽがけ カニ風味サラダ みかん缶	ご飯 味噌汁 白身魚フライ カリフラワーサラダ パイン缶
昼間食	～あったかおやつ～ たい焼き	長寿桃饅頭	褥瘡予防デザート （黒糖）	ダブルベリーケーキ	ロールケーキ(モカ)	イチゴスペシャル	シュークリーム
夕食	ご飯 味噌汁 鱈の香味焼き 煮奴 ひじきのサラダ	ご飯 えのきのスープ 家常豆腐(かじょうとうふ) 蒸し餃子 青菜とコーンのサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉のおろしソース マカロニソテー 春菊の和え物	ご飯 味噌汁 和風オムレツ 茄子の揚げ浸し 小松菜の酢の物	ご飯 ミルクスープ 鶏の照り焼き 切干大根煮 ブロッコリーのツナサラダ	ご飯 味噌汁 ハンバーグ ポテトのカレー炒め ポパイサラダ	ご飯 清汁 豚肉の生姜焼き 里芋の田楽 ごぼうサラダ

＊都合により献立を変更することがあります。