

2023年 2月

〇〇 献立一覧表 〇〇

[老健いぶき]

		1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)
朝食		ご飯 味噌汁 炒り玉子 ほうれん草の辛子和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 ウインナーの洋風煮 キャベツのお浸し 漬物	ご飯 味噌汁 ちくわの煮物 小松菜のなめ茸和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 冬瓜のそぼろ煮 ほうれん草のおかか和え 漬物	ご飯 味噌汁 肉団子の炒め物 しらす和え たいみそ
朝間食		コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食		ご飯 じゃが芋スープ メンチカツ 春雨サラダ パイン缶	ご飯 中華スープ 鶏肉の香り蒸し ぜんまいのナムル 杏仁豆腐	～節分メニュー～ 太巻き・いなり寿司 清汁 鯛の生姜煮 煮豆	バターライス クリームシチュー あじメンチ コールスローサラダ みかん缶	ご飯 味噌汁 鶏の塩焼き 茄子の煮浸し 白桃缶
昼間食		褥瘡予防デザート (ピーチ)	和のパンケーキ・黒蜜きな粉	節分ポーロ	カスタードプリン	ミニパターラ
夕食		ご飯 味噌汁 たらちり ごぼう金平 大根の梅マヨ和え	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ・野菜あん さつま芋と切り昆布の炒り煮 チンゲン菜とハムのサラダ	ご飯 味噌汁 焼肉炒め 枝豆ふんわり蒸し 大根のゆず和え	ご飯 味噌汁 玉子ときくらげの炒め 切干大根煮 白菜浅漬け	ご飯 味噌汁 メバルの漬け焼き 南瓜の煮物 青菜のごま和え

\*都合により献立を変更することがあります。



〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年 2月

[老健いぶき]

	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	12(日)
朝食	ご飯 味噌汁 玉子とじ オクラの塩昆布和え ふりかけ	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 かぶの塩糍和え 煮豆	ご飯 味噌汁 ウインナー炒め マカロニサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 海老団子の野菜炒め煮 キャベツのピーナッツ和え 漬物	ご飯 味噌汁 甘辛ミートボール 白菜の海苔和え 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
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	ご飯 中華スープ スタミナ焼き かに焼売 マンゴー缶	ご飯 清汁 鮭のちゃんちゃん焼き ポテトサラダ パイ缶	肉そば 里芋の柚子煮 厚焼玉子	ご飯 味噌汁 鶏の天ぷら・甘酢あんかけ 小松菜サラダ フルーチェ	ご飯 清汁 鯖の塩焼き 蓮根の味噌炒め みかん缶	～建国記念日～ 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 黄桃缶	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 春菊の錦糸和え パイ缶
昼間食	やわらかおかき(砂糖醤油)	～あったかおやつ～ たい焼き	カステラ	アップルパイ	シュークリーム	褥瘡予防デザート(亜鉛強化) 水ようかん(抹茶)	ロールケーキ
夕食	ご飯 清汁 エビカツ 豆腐のひき肉味噌かけ わかめの和え物	ご飯 味噌汁 炒り鶏 ピーマンのじゃこ炒め 白菜のゆかり和え	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け ひじきと大豆の煮物 菜の花のお浸し	ご飯 味噌汁 かに風味玉子とじ ふきの金平 白菜の梅和え	ご飯 味噌汁 肉じゃが 茄子のにんにく炒め もやしの青しそ和え	ご飯 チンゲン菜のスープ 蒸し鶏のバンバンジー風 春雨の煮物 わかめの中華和え	ご飯 味噌汁 ぶりの照焼き 大学芋 ほうれん草のごまドレサラダ

\*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年 2月

[老健いぶき]

	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	19(日)
朝食	ご飯 味噌汁 葱菜信田煮 なます たいみそ	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 笹かまぼこ 煮豆	ご飯 味噌汁 里芋のそぼろあんかけ わかめの胡麻ドレ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 カツオフレークのおろし添え ブロッコリーサラダ のり佃煮	ご飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 春菊のおかか和え 納豆	ご飯 味噌汁 がんもの煮物 白菜の生姜和え 漬物	ご飯 味噌汁 厚焼玉子 ほうれん草のフレーク和え たいみそ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	豆カレー たっぷり野菜サラダ 福神漬け クラッシュゼリー(ビタミン強化)	～バレンタインデーメニュー～ キャロットピラフ コンソメスープ ロールキャベツのクリーム煮 南瓜サラダ りんご缶	ご飯 味噌汁 鮭のみぞれ煮 焼きピーマン バナナ	中華丼 中華スープ 搾菜ナムル フルーツカクテル缶	ご飯 味噌汁 鶏と大根のあめ煮 さつま芋のころころサラダ みかん缶	ご飯 味噌汁 トンカツ 大根のマヨサラダ パイン缶	ご飯 青菜のスープ 鶏の酢豚風 キャベツのナムル マンゴープリン
昼間食	カスタードクレープ	チョコレートムース	水ようかん(芋)	黒糖蒸しパン	褥瘡予防デザート (チョコ)	カップケーキ(プレーン)	コーヒークリームサンド
夕食	ご飯 味噌汁 鶏肉の治部煮 れんごんの高菜炒め もやしサラダ	ご飯 味噌汁 豚と冬瓜の煮物 ごぼうとこんにゃくの甘辛炒め チンゲン菜のわさび和え	ご飯 かきたま汁 鶏の味噌マヨ焼き ピーマン金平 白菜のゆず和え	ご飯 味噌汁 牛肉コロッケ 切干大根煮 アスパラサラダ	ご飯 中華スープ 中華風オムレツ 焼売 小松菜和え物	ご飯 味噌汁 赤魚の白醤油焼き じゃが芋の土佐煮 大根の磯香和え	ご飯 味噌汁 肉豆腐 白身魚のしんじょ もやしのごまドレサラダ

\*都合により献立を変更することがあります。



〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年 2月

[老健いぶき]

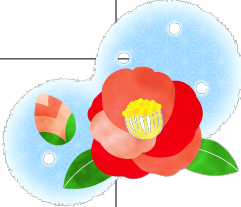

	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	26(日)
朝食	ご飯 味噌汁 スクランブルエッグ 小松菜のごま和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 ほうれん草のわさび和え 漬物	ご飯 味噌汁 肉詰めいなり 白菜の即席漬け 煮豆	ご飯 味噌汁 オムレツ ブロッコリーのチーズサラダ のり佃煮	ご飯 味噌汁 冬瓜の煮物 ごまドレサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 にんじん信田煮 キャベツの桜和え たいみそ	ご飯 味噌汁 いりどり団子の煮物 春菊のなめ草和え のり佃煮
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ 鯡のバター焼き カリフラワーのフレンチドレ和え 洋梨缶	きつねうどん 味噌炒め こんにゃくと胡瓜の梅和え	カレーライス カリフラワーのタルタルサラダ 福神漬 クラッシュゼリー(カルシウム強化)	～天皇誕生日～ 赤飯 清汁 天麩羅盛合せ 小松菜の白和え ふるふるプリン	ご飯 味噌汁 照焼ハンバーグ じゃが芋の炒め物 黄桃缶	ご飯 味噌汁 鯖のみりん漬け 刻み昆布煮 フルーツカクテル缶	菜飯 生姜あったかスープ 大根と豚肉のトマ味噌炒め じゃが芋と玉子のサラダ ブルーチェ
昼間食	ホットケーキ	褥瘡予防デザート (スイートポテト)	ダブルベリーケーキ	ロールケーキ	抹茶ケーキ	コーヒーゼリー	バウムクーヘン
夕食	ご飯 味噌汁 鶏の塩糎焼き 煮奴 キャベツのしその実和え	ご飯 味噌汁 海老の玉子とじ レバー甘辛炒め ひじきのサラダ	ご飯 味噌汁 ホキの山椒焼き さつま芋の甘煮 小松菜の錦糸和え	ご飯 味噌汁 鶏の照焼き ごぼうと竹輪の炒め物 春菊の信田和え	ご飯 チンゲン菜のスープ 麻婆豆腐 二色焼売 華風マヨサラダ	ご飯 オニオンスープ 鶏肉のコーンマヨネーズソース かぶとベーコンのコンソメ煮 カニ風味サラダ	ご飯 味噌汁 鮭の削り焼き 豆腐のあんかけ オクラの和え物

\*都合により献立を変更することがあります。

2023年 2月

〇〇 献立 一覧表 〇〇

[老健いぶき]

	27(月)	28(火)				
朝食	ご飯 味噌汁 ソーセージ炒め アスパラサラダ 納豆	ご飯 味噌汁 いか団子の煮物 いんげんのピーナツ和え 漬物				
朝間食	牛乳	牛乳				
昼食	～食べるスープの日～ ご飯 カリフラワーのミルクスープ 白身魚フライ ほうれん草のしそドレ和え パイン缶	ご飯 味噌汁 鶏肉のおろしソース 蓮根と南瓜の甘煮 みかん缶				
昼間食	～あったかおやつ～ 肉まん	やわらかおかき(のり塩)				
夕食	ご飯 清汁 豚の柳川風煮 里芋の田楽 小松菜の酢の物	ご飯 えのきのスープ 家常豆腐 蒸し餃子 チンゲン菜と搾菜の和え物				

\*都合により献立を変更することがあります。

