

お節料理

- ✿ お赤飯
- ✿ まぐろの山かけ
- ✿ 豚肉の角煮
- ✿ 紅白かまぼこ
- ✿ 伊達巻き
- ✿ 黒豆
- ✿ 雑煮風すまし汁
- ✿ キヤラメルケーキ



特別養護老人ホーム
令和四年 一月一日
矢那梅の香園

2022/01/01 11:38

社会福祉法人
梅香会

特別養護老人ホーム

矢那梅の香園

2022年2月 献立表

		2/1(火)	2/2(水)	2/3(木)	2/4(金)	2/5(土)	2/6(日)
朝食		米飯 味噌汁(かぶ、かぶ菜) 竹輪の煮物 春菊のピーナツ和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(鮭、玉ねぎ) かんぱちハンバーグ 白菜のわさび和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜、ニラ) 納豆 いわしつみれの煮物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋、青ネギ) 温泉卵 野菜炒め たいみそ 牛乳	ロールパン(マーガリン) コンソメスープ(しめじ、コーン) ウインナーソテー アスパラの和え物 ジョア	米飯 味噌汁(青梗菜、人参) 海老団子の中華煮 ブロッコリーとさつま芋のサラダ ゆずみそ 牛乳
昼食		米飯 コーンスープ 鶏肉と野菜の粒マスタード炒め 花野菜のツナマヨチーズ焼き レタスとカニカマのサラダ プリン	とんこつラーメン えび海鮮餃子 ピリ辛もやし 杏仁豆腐	恵方巻きと紅生姜いなり寿司(〇) 粕汁 イワシフライと野菜フライ 大豆と牛肉の煮物 ポテトサラダ ケーキ	米飯 わかめスープ 鶏肉のみそクリーム煮 ほうれん草ごま炒め かぼちゃサラダ フルーツ(りんご缶)	米飯 味噌汁(まいたけ、水菜) 豚肉生姜焼き カニカマ卵焼き インゲンの明太和え フルーツ(パイナップル)	米飯 すまし汁(はんぺん、青ネギ) 鶏肉の山椒焼き 厚揚げの生姜味噌炒め キャベツのしそおかつ和え バナナムース
夕食		米飯 すまし汁(あおさ、みょうが) カレイのムニエル ぜんまいの煮物 煮豆	米飯 味噌汁(えのき、オクラ) 豚肉治部煮 冬瓜の海老あんかけ 漬物	米飯 すまし汁(鮭、かいわれ) 豆腐ハンバーグのきのこあんかけ もずく酢 漬物	米飯 すまし汁(えのき、豆苗) 赤魚の袖焼焼き 豆腐サラダ 漬物	米飯 中華スープ(なると、春菊) 白身魚の甘酢あんかけ 刻み昆布の煮物 漬物	米飯 すまし汁(とろろ、かいわれ) タラの野菜蒸し 長芋の七味和え 佃煮
		2/7(月)	2/8(火)	2/9(水)	2/10(木)	2/11(金)	2/12(土)
朝食		米飯 味噌汁(さつまいも、絹さや) 納豆 さつま揚げの卵とじ ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ、葉大根) はんぺんのバター醤油焼き 大根のゆかり和え ふりかけ 牛乳	ロールパン コンソメスープ スクランブルエッグ アスパラサラダ 牛乳	米飯 味噌汁(かぼちゃ、ニラ) 豆腐つみれ煮 スナッペンどうの梅和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋、人参) 豆腐ハンバーグ もやしの和え物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(えのき、豆苗) 三色いなり煮物 オクラの生姜和え のり佃煮 ヨーグルト
昼食		米飯 中華スープ(木耳、ニラ) 豆腐と豚肉の旨煮 チリソース炒め スパゲティサラダ フルーツ(オレンジ)	カレーライス キャベツとオクラのサラダ ぶどうゼリー ヤクルト	米飯 味噌汁(豆腐、玉葱) 鮭のタルタル焼き オイスターソース炒め インゲンのなめたけ和え フルーツ(キウイ)	米飯 味噌汁(油揚げ、とろろ昆布) 揚げ鶏の甘酢ねぎソース じゃが芋金平 白菜の柚子和え フルーツ(洋ナシ缶)	米飯 中華コーンスープ 麻婆茄子 しゅうまい 春雨の酢の物 フルーツ(パイナップル)	米飯 すまし汁(あおさ、みょうが) 豚玉煮 小松菜とあさりの煮浸し さつま芋サラダ いちごパエリア
夕食		米飯 味噌汁(なす、豆苗) プリとごぼうの甘辛煮 小松菜の海苔胡麻和え 漬物	米飯 コンソメスープ(セロリ、人参) 白身魚のトマト煮 ポテトサラダ 漬物	米飯 味噌汁(まいたけ、三つ葉) 鶏肉みぞれ煮 ほうれん草のソテー 佃煮	米飯 すまし汁(なると、葉大根) さわらのカレー風味焼き 海草サラダ 漬物	米飯 すまし汁(舞茸、青ねぎ) 赤魚の胡麻味噌焼き 大根の和え物 漬物	米飯 味噌汁(白菜、油揚げ) 白身魚のピリ辛焼き 竹の子の土佐煮 佃煮
		2/14(月)	2/15(火)	2/16(水)	2/17(木)	2/18(金)	2/19(土)
朝食		米飯 味噌汁(エリンギ、絹さや) 厚揚げの煮物 菜の花のツナ和え のり佃煮 牛乳	食パン コーンスープ オムレツ キャベツのマヨ和え ジョア	米飯 味噌汁(さつまいも、かいわれ) いわし生姜煮 ブロッコリーの辛子醤油和え 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁(わかめ、ねぎ) 肉団子の煮物 ほうれん草のお浸し ゆずみそ 牛乳	米飯 すまし汁(舞茸、ニラ) 車麩の卵とじ 小松菜の塩昆布和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(油揚げ、三つ葉) 納豆 春雨ソテー ヨーグルト
昼食		米飯 玉子スープ 和風ハンバーグ じゃが芋とシーフードの炒め物 ハムのマリネ フルーツ(マンゴー)	米飯 コンソメスープ(セロリ、人参) タンダーチキン 南瓜のコチュジャン炒め チーズサラダ 苺ゼリー	米飯 すまし汁(あおさ、茗荷) 牛肉と野菜のブルコギ風炒め なすの煮浸し 大根のキムチ和え フルーツ(オレンジ)	米飯 味噌汁(なめこ、水菜) 白身魚と野菜あんかけ カリフラワーとウインナーのソテー アスパラのくるみみそ和え フルーツ(洋梨)	米飯 えびピラフ パンブキンスープ ポトフ風 レンコンサラダ メロンムース	米飯 すまし汁(茄子、葱) 鶏肉のさっぱり煮 キャベツのソテー 白和え キャラメルプリン
夕食		米飯 味噌汁(キャベツ、にら) さばの塩焼き レンコン金平 鶏レバー	米飯 味噌汁(油揚げ、青ねぎ) 鯖の照り焼き 山芋の酢の物 漬物	米飯 すまし汁(鮭、三つ葉) 野菜と豆腐の玉子とじ 白菜の和えもの 煮豆	米飯 すまし汁(とろろ昆布、葉大根) ぎせい豆腐 大根とさつま揚げの煮物 漬物	米飯 味噌汁(さつま芋、玉ねぎ) 牛皿 冬瓜の生姜あんかけ 煮豆	米飯 味噌汁(じゃが芋、白菜) メバルの煮付け 春菊の海苔和え レバー
		2/21(月)	2/22(火)	2/23(水)	2/24(木)	2/25(金)	2/26(土)
朝食		バターロール コッパム(青梗菜、コーン) 玉子ロール アスパラサラダ ジョア	米飯 味噌汁(さつまいも、ニラ) いわしのつみれ煮 小松菜の胡麻和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(鮭、豆苗) 魚肉ソーセージ炒め めかぶ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(三つ葉、油揚げ) 鶏五目煮豆 いんげんのピーナツ和え のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(エリンギ、小松菜) 卵の花煮 冷やしとろろ 梅びしお 牛乳	米飯 味噌汁(冬瓜、大根菜) 納豆 もやしの炒め物 牛乳
昼食		米飯 ワンタンスープ 麻婆豆腐 しらたきの和風炒め 白菜とオクラの和えもの フルーツヨーグルト	けんちんうどん にら饅頭 昆布と胡瓜の甘酢生姜和え パインゼリー	三色丼 すまし汁(たけのこ・柚子) 高野豆腐の煮物 レンコンサラダ オレンジムース	米飯 味噌汁(さつまいも) カレイの唐揚げ じゃが芋のたらこ炒め キャベツの磯風味和え フルーツ(キウイ)	ポークカレーライス カリフラワーのスープ煮 フルーツヨーグルト 野菜ジュース	米飯 すまし汁(玉ねぎ、舞茸) 鶏肉の照り焼き 里芋の味噌炒め ブロッコリーサラダ 抹茶パエリア
夕食		米飯 コンソメスープ(ほうれん草、人参) 鮭のクリームソースかけ キャベツのカレースープ煮 漬物	米飯 すまし汁(豆腐、青ねぎ) 豚肉のにんにく塩炒め スナッペンエンドウのサラダ 佃煮	米飯 味噌汁(南瓜、ネギ) タラのバター醤油焼き 大根の浅漬け 漬物	米飯 中華スープ(なると、青ねぎ) 豚肉と卵の中華炒め 茄子のえのきあんかけ 煮豆	米飯 すまし汁(はんぺん、水菜) 赤魚粕漬焼き きのこ炒め 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、茗荷) 白身魚の豆乳煮 オクラのしらす和え 漬物
		2/28(月)					
朝食		米飯 味噌汁(白菜、油揚げ) 鰯の梅煮 青梗菜なめたけ和え ゆずみそ 牛乳					
昼食		米飯 コンソメスープ(もやし、葉大根) ハンバーグトマトソースかけ にら玉 キャベツの和え物 フルーツ(バナナ)					
夕食		米飯 すまし汁(とろろ昆布、青ネギ) 厚揚げと茄子のピリ辛炒め 大根の塩昆布和え 煮豆					