

| 特別養護老人ホーム ケアカレτζ | | | | | | | 2月献立表 | | | | |
|------------------|--|--|---|---|--|---|---|--|--|--|--|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | | | | | |
| 朝食 | | | | | ご飯 味噌汁 厚揚げのオレンジチャップ キャベツコンソメ煮 カニカマと玉ねぎのサラダ 牛乳 漬物 | ご飯 味噌汁 高野豆腐の卵とじ さつまいもレモン煮 青しそきゅうり漬け 牛乳 漬物 | 部分 | | | | |
| 昼食 | | | | | ご飯 味噌汁 鶏のまよネーズ焼き カリフラワーのサラダ オレンジゼリー | ご飯 味噌汁 いわしつみれの煮物 菜の花のピーナツ和え 抹茶ゼリー | 部分 | | | | |
| 夕食 | | | | | ご飯 味噌汁 鶏の煮付け セロリと人参のごまきんぴら ほうれん草のお浸し | ご飯 中華スープ 豚焼肉 焼売 ハム入りマカロニサラダ | 部分 | | | | |
| 3時 | | | | | パウムクーヘン | きなこムース | | | | | |
| 3時 | | | | | 2347 - 1638kcal 蛋白質 52.6g 脂質 43.6g 食塩 8.6g | 2347 - 1595kcal 蛋白質 58.5g 脂質 26.6g 食塩 9.6g | | | | | |
| 朝食 | ご飯 味噌汁 厚揚げの野菜あんかけ 春巻の五目炒め 金時豆 牛乳 漬物 | ご飯 味噌汁 野菜とマカロニのコンソメ煮 具沢山野菜の煮込み 枝豆汁入りお汁 ジャョア 漬物 | ご飯 味噌汁 肉団子の照焼 キャベツと薄揚げの煮びたし 高菜梅酢漬 牛乳 漬物 | ご飯 味噌汁 ウインナーと野菜のカレー煮 マカロニのトマトソース炒め カリフラワーのサラダ 牛乳 漬物 | ご飯 味噌汁 鯛の塩焼き ゆず節の花 昆布の佃煮 牛乳 漬物 | ご飯 味噌汁 ミートオムレツ 小松菜ソテー 3色豆のツナマヨ和え 牛乳 漬物 | ご飯 味噌汁 厚焼き玉子 チンゲン菜と椎茸の炒め煮 金時豆 牛乳 漬物 | | | | |
| 昼食 | ご飯 味噌汁 豚の煮つけ さつまあげと野菜の炒り煮 レモンゼリー | 麻婆丼 中華スープ 梅干漬 オレンジゼリー | ご飯 すまし汁 鶏肉の味噌炒め 小松菜の和風サラダ バナナムース | ご飯 味噌汁 フリ大根 梅干和え いちごゼリー | 担々麺 水餃子 ナムル 梅干和え ぶどうゼリー | ご飯 コンソメスープ 豆腐ハンバーグ 大根サラダ ココアプリン | ご飯 すまし汁 豆腐ステーキ 鶏肉の味噌炒め さつまあげ りんごムース | | | | |
| 夕食 | ご飯 味噌汁 豚肉のマーレード煮 人参とわかめの土佐煮 ブロッコリーの胡麻和え やわらかおかし | ご飯 味噌汁 ぶりの甘酢あんかけ からし菜とキクラゲの田舎風 オクラとろろ | ご飯 味噌汁 にしんの山椒煮 松子の煮野菜 ひじきと大根のサラダ | ご飯 味噌汁 牛肉と豆腐の卵とじ きんぴらごぼう ツナマヨコーン | ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグおろしあん レバーの生姜煮 根菜サラダ | ご飯 味噌汁 鶏のすき焼き風 ひじき煮 もやしのお漬物 | ご飯 味噌汁 鶏のトマトカレー煮 マカロニサラダ ほうれん草のごま和え | | | | |
| 3時 | | | | | パウムクーヘン | きなこムース | | | | | |
| 3時 | | | | | 2347 - 1629kcal 蛋白質 41.3g 脂質 29.3g 食塩 7.6g | 2347 - 1608kcal 蛋白質 55.4g 脂質 27.9g 食塩 7.6g | 2347 - 1520kcal 蛋白質 52.5g 脂質 42.3g 食塩 7.8g | 2347 - 1629kcal 蛋白質 52.8g 脂質 41.2g 食塩 8.6g | 2347 - 1598kcal 蛋白質 55.1g 脂質 38.6g 食塩 8.6g | 2347 - 1520kcal 蛋白質 57.2g 脂質 38g 食塩 7.7g | 2347 - 1488kcal 蛋白質 52.6g 脂質 28.2g 食塩 8.6g |

| 特別養護老人ホーム ケアカレτζ | | | | | | | 2月献立表 | | | | |
|------------------|---|--|---|--|--|--|---|--|---|---|--|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | | | | | |
| 朝食 | にしんの塩蒸し 人参とわかめの土佐煮 干切沢庵漬 ジャョア 漬物 | かしあげうどん 味噌汁 菜花のごま酢和え バナナプリン | 大根と里芋のそぼろあん がんもの煮め煮 しじみ漬 牛乳 漬物 | 肉団子のケチャップ煮 マッシュポテ カニカマと玉ねぎのサラダ 牛乳 漬物 | ひじきと枝豆の寄せ揚げ 白菜と春雨の煮物 きざみ漬 牛乳 漬物 | スクランブルエッグ 具沢山野菜の煮込み 根菜サラダ ヨーグルト 漬物 | 味噌汁 焼き鮭 青菜とピーマンのカラフル炒め 昆布の佃煮 牛乳 漬物 | | | | |
| 昼食 | ポークカレー コンソメスープ アスパラとベーコンの炒め 菜味 ぶどうゼリー | かしあげうどん 味噌汁 菜花のごま酢和え バナナプリン | ご飯 味噌汁 赤魚の煮つけ オクラと竹輪の昆布茶和え 鶏ひんごゼリー | ご飯 味噌汁 鶏のんにく醤油焼き キャベツとハムの炒め ぶどうゼリー | ご飯 味噌汁 クラムチャウダー タンドリーチキン 花野菜のイタリアンサラダ オレンジゼリー | ゆかりご飯 けんちん汁 赤魚の和風焼き 厚揚げのそぼろ煮 ぶどうゼリー | ご飯 すまし汁 大豆と鶏肉の味噌炒め 青じそ和え ぶどうゼリー | | | | |
| 夕食 | 味噌汁 豚肉の生姜焼き 大芋芋 キャベツと煮玉のナムル | 味噌汁 ひらすの西京焼き 厚焼き玉子 オクラとろろ | 味噌汁 鶏肉のねぎ塩焼き 卵の花 もやしの酢の物 | 味噌汁 さばのみぞれ煮 さつま芋の甘煮 カリフラワーとお浸し | 味噌汁 カレイの中巻あんかけ みずくわいの中華炒め キャベツとコーンのお浸し | 味噌汁 ハンバーグデミグラスソース 豆の煮物 ほうれん草のお浸し | 味噌汁 えび団子と白飯の中華あんかけ さばの煮め煮 刺身大根の佃煮和え | | | | |
| 3時 | たいやき | ようかん | いちごパフェ | 栗まんじゅう | パレンタインチーズケーキ | コーヒーオムレット | 練乳あずきプリン | | | | |
| 3時 | | | | | 2347 - 1609kcal 蛋白質 51.8g 脂質 35.8g 食塩 9.6g | 2347 - 1528kcal 蛋白質 54.9g 脂質 38.2g 食塩 8.2g | 2347 - 1528kcal 蛋白質 53.9g 脂質 29.7g 食塩 8.6g | 2347 - 1720kcal 蛋白質 57.1g 脂質 38.6g 食塩 9.6g | 2347 - 1549kcal 蛋白質 52.7g 脂質 36g 食塩 7.2g | 2347 - 1801kcal 蛋白質 52.8g 脂質 38.8g 食塩 10.3g | 2347 - 1471kcal 蛋白質 51.6g 脂質 30g 食塩 9.6g |
| 朝食 | 高野豆腐の卵とじ きんぴらごぼう しじみ漬 牛乳 漬物 | ご飯 味噌汁 野菜とマカロニのコンソメ煮 人参しりしり ほうれん草のナムル ヨーグルト 漬物 | ご飯 味噌汁 厚揚げと白飯の豆乳クリーム煮 人参とわかめの土佐煮 大根としその実漬 牛乳 漬物 | ご飯 味噌汁 オムレツ マカロニのトマトソース炒め ごぼうサラダ 牛乳 漬物 | 味噌汁 根菜入りつくね キャベツと薄揚げの煮びたし 青しそきゅうり漬け 牛乳 漬物 | 味噌汁 ウインナーと野菜のカレー煮 ナゲット カリフラワーのサラダ 牛乳 漬物 | 味噌汁 厚揚げの野菜あんかけ かぼちゃの煮め煮 金時豆 牛乳 漬物 | | | | |
| 昼食 | 炒飯 玉子スープ 鶏の照り焼き わかひお浸し いちごゼリー | 炒飯 玉子スープ 餃子 白菜のお浸し レモンゼリー | 7-8号館 リクエスト ご飯 味噌汁 肉じゃが ブロッコリーサラダ 鶏ひんごゼリー | 車麩丼 味噌汁 ピーナツ和え 黒ゴマプリン | ご飯 コンソメスープ 鶏のハニーマスタード焼き フレッシュサラダ ブルーベリーヨーグルト | ご飯 味噌汁 豚とちやしの卵とじ ゆかり和え オレンジゼリー | ご飯 味噌汁 豚キムチ たまご豆腐 ぶどうゼリー | | | | |
| 夕食 | いわしの山椒煮 小松菜と薄揚げの煮びたし オクラと玉ねぎの和え物 | 味噌汁 鶏つくねと大根の煮物 ピーマン お浸し | 味噌汁 鶏ひらすの酒粕焼き レバーの生姜煮 キャベツとコーンのお浸し | 味噌汁 赤魚の西京焼き さつま芋のしんもん煮 カリフラワーとお浸し | 味噌汁 麻婆茄子 切干大根とパプリカのチキンスープ レンコンの鶏おから玉子サラダ | 味噌汁 さばの塩焼き 焼売 わかめと玉ねぎのツナサラダ | 味噌汁 鶏の西京焼き キャベツと薄揚げの煮びたし ハム入りマカロニサラダ | | | | |
| 3時 | レモンケーキ | フルーツサンド | バナナムース | 抹茶オムレット | パウムクーヘン | どらやき | レアチーズムース | | | | |
| 3時 | | | | | 2347 - 1585kcal 蛋白質 60.5g 脂質 37.2g 食塩 8.8g | 2347 - 1619kcal 蛋白質 45.5g 脂質 38.4g 食塩 10.2g | 2347 - 1480kcal 蛋白質 52.1g 脂質 28.5g 食塩 8g | 2347 - 1600kcal 蛋白質 52.1g 脂質 32.6g 食塩 7.2g | 2347 - 1679kcal 蛋白質 50.2g 脂質 48.6g 食塩 10.5g | 2347 - 1609kcal 蛋白質 56.4g 脂質 37.1g 食塩 8.6g | 2347 - 1488kcal 蛋白質 53.2g 脂質 28.2g 食塩 8.8g |

| 特別養護老人ホーム ケアカレτζ | | | | | | | 2月献立表 | | | |
|------------------|--|--|---|---|--|--|---|--|--|--|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | | | | |
| 朝食 | ちくわと昆布の炒り煮 さつま芋の甘煮 高菜梅酢漬 牛乳 漬物 | 味噌汁 スクランブルエッグ マカロニのチーズクリーム ごぼうサラダ 牛乳 漬物 | 味噌汁 ぶりのみりん醤油焼き 小松菜と薄揚げの煮びたし きざみ漬 ジャョア 漬物 | 味噌汁 ウインナーと野菜のクリーム煮 マカロニのトマトソース炒め 根菜サラダ 牛乳 漬物 | 味噌汁 厚焼き玉子 白菜と春雨の煮物 青しそきゅうり漬け 乳酸菌飲料 漬物 | 味噌汁 いわしの梅煮 厚揚げとピーマンの味噌炒め みかんなます | | | | |
| 昼食 | トマトスープ チキンのレモンペッパー焼き フレッシュサラダ 青りんごゼリー | 味噌汁 さばの生姜煮 大根きんぴら オレンジムース | スープードカレー コンソメスープ 菜花のカニカマ和え 福神漬 薔薇ミルクプリン | 味噌汁 ニラ玉 ナムル ぶどうゼリー | 味噌汁 鶏のから揚げ 人参しりしり ピーチゼリー | 味噌汁 さばの塩焼き 焼売 わかめと玉ねぎのツナサラダ | 味噌汁 鶏の西京焼き キャベツと薄揚げの煮びたし ハム入りマカロニサラダ | | | |
| 夕食 | 味噌汁 赤魚の煮付け 炒り高野 ブロッコリーの胡麻和え | 味噌汁 ポークチャップ マッシュポテ 人参と煮し鶏の和え物 | 味噌汁 おろしハンバーグ 具沢山野菜の煮込み ツナマヨコーン | 味噌汁 鶏の照り焼き 豆腐けんちん煮 もやしの酢の物 | 味噌汁 豆腐けんちん煮 もやしの酢の物 | 味噌汁 さつまあげと野菜の炒り煮 レモンゼリー | 味噌汁 厚揚げとピーマンの味噌炒め 青じそ和え ぶどうゼリー | | | |
| 3時 | ホットケーキ | やわらかおかし | 栗オムレット | バナナババロア | きなこミルクムース | | | | | |
| 3時 | | | | | 2347 - 1542kcal 蛋白質 54.4g 脂質 23.7g 食塩 9.9g | 2347 - 1622kcal 蛋白質 51.1g 脂質 47.6g 食塩 8.6g | 2347 - 1572kcal 蛋白質 55.9g 脂質 34.6g 食塩 9.5g | 2347 - 1581kcal 蛋白質 51.5g 脂質 40.5g 食塩 9.5g | 2347 - 1595kcal 蛋白質 50.8g 脂質 42g 食塩 7.9g | |

※施設で使用しているお米は全て国産です。 ※注入れの都合上、献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。