

特別養護老人ホーム ケアカレツジ

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
昼食						ご飯 味噌汁 鶏のマヨネーズ焼き カリフラワーのサラダ オレンジゼリー	恵方巻き お吸い物 いわしつみれの煮物 菜花のピーナッツ和え 抹茶ゼリー
夕食						ご飯 味噌汁 鱈の煮付け 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 回鍋肉 焼売 ハム入りマカロニサラダ
3時						ぶどう	きなこムース
						エネルギー 1565kcal 蛋白質 51.3g 脂質 39.1g 食塩 8.5g	エネルギー 1595kcal 蛋白質 58.5g 脂質 26.6g 食塩 9.6g
	3	4	5	6	7	8	9
朝食	ご飯 味噌汁 厚揚げの野菜あんかけ 春雨の五目炒め 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 粒マスタード入りポテトサラダ ジョア 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 鯖の塩焼き ゆず卵の花 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 鱈の南蛮漬け 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 棒棒鶏 オレンジゼリー	ご飯 すまし汁 豚肉の味噌炒め 小松菜の和風サラダ バナナムース	ご飯 味噌汁 ブリ大根 柚子香和え いちごゼリー	担々麺 水餃子 ナムル ぶどうゼリー	ご飯 コンソメスープ 鮭のムニエル 大根サラダ ココアプリン	ご飯 すまし汁 豆腐ステーキ肉みそがけ 辛子胡麻和え りんごムース
夕食	ご飯 味噌汁 鶏肉のマーマレード煮 人参とわかめの土佐煮 ブロッコリーの胡麻和え	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 茄子の吉野煮 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 もやしの酢の物	ご飯 味噌汁 赤魚のトマトカレー煮 マカロニサラダ ほうれん草のごま和え
3時	りんご	フルーツカクテル	ほうじ茶プリン	白桃	パイン	みかん	洋梨
	エネルギー 1563kcal 蛋白質 51.9g 脂質 32.9g 食塩 8.6g	エネルギー 1599kcal 蛋白質 53.7g 脂質 35.5g 食塩 7.3g	エネルギー 1562kcal 蛋白質 52.5g 脂質 42.3g 食塩 7.8g	エネルギー 1568kcal 蛋白質 51.2g 脂質 35.8g 食塩 8.2g	エネルギー 1512kcal 蛋白質 53.9g 脂質 35.5g 食塩 9.4g	エネルギー 1514kcal 蛋白質 55.4g 脂質 36.7g 食塩 7.6g	エネルギー 1480kcal 蛋白質 52.6g 脂質 28.2g 食塩 8.6g

当施設で使用しているお米は全て国産です。

※仕入れの都合上、献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。

特別養護老人ホーム ケアカレツジ

2月献立表

	月 10	火 11	水 12	木 13	金 14	土 15	日 16
朝食	ご飯 味噌汁 にしんの塩蒸し 人参とわかめの土佐煮 千切沢庵漬 ジョア 漬物	ご飯 味噌汁 鶏肉と野菜の白ワイン煮 カリフラワーの豆乳クリーム和え ひじきのサラダ 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 大根と里芋のそぼろあん がんもの含め煮 しば漬け 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 肉団子のケチャップ煮 マッシュポテト カニカマと玉ねぎのサラダ 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 ひじきと枝豆の寄せ揚げ 白菜と春雨の煮物 きざみ漬け 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 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	ご飯 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 薬味 ぶどうムース	かきあげうどん 厚揚げとピーマンの味噌炒め 菜花のゴマ酢和え 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 青りんごゼリー	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 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 赤魚の粕漬け焼き 厚揚げのそぼろ煮 りんごムース	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	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 大学芋 キャベツと青さのナムル	ご飯 味噌汁 ひらすの西京焼き 厚焼き玉子 オクラとろろ	ご飯 味噌汁 鶏肉のねぎ塩焼き 卵の花 もやしの酢の物	ご飯 味噌汁 さばのみぞれ煮 さつま芋の甘煮 カリフラワーと小松菜のお浸し	ご飯 味噌汁 カレイの中華あんかけ みずくわいの中華炒め キャベツとコーンのお浸し	ご飯 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	ご飯 味噌汁 えび団子と白菜の中華あんかけ かぼちゃの含め煮 刻み大根の梅肉和え
3時	フルーツカクテル	ようかん	いちごパフェ	マンゴー	バレンタインデーデザート	黄桃	練乳あずきプリン
	エネルギー 1616kcal 蛋白質 50.4g 脂質 35.6g 食塩 9.5g	エネルギー 1539kcal 蛋白質 54.9g 脂質 36.2g 食塩 8.2g	エネルギー 1538kcal 蛋白質 53.9g 脂質 28.7g 食塩 8.6g	エネルギー 1627kcal 蛋白質 55g 脂質 37.5g 食塩 9.5g	エネルギー 1549kcal 蛋白質 52.7g 脂質 36g 食塩 7.2g	エネルギー 1551kcal 蛋白質 51.7g 脂質 35.7g 食塩 10.3g	エネルギー 1471kcal 蛋白質 51.6g 脂質 30g 食塩 9.6g
	17	18	19	20	21	22	23
朝食	ご飯 味噌汁 高野豆腐の卵とじ きんぴらごぼう しば漬け 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 厚揚げと白菜の豆乳クリーム煮 人参とわかめの土佐煮 大根としその実漬け 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	ご飯 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	ご飯 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	ご飯 味噌汁 厚揚げの野菜あんかけ かぼちゃの含め煮 金時豆 牛乳 漬物
昼食	ご飯 味噌汁 鶏の照り焼き わさび和え 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	ご飯 味噌汁 肉じゃが ブロッコリーサラダ 青りんごゼリー	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 フレンチサラダ ブルーベリーヨーグルト	ご飯 味噌汁 豚ともやしの卵とじ 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	ご飯 味噌汁 いわしの山椒煮 小松菜と薄揚げの煮びたし オクラと長芋の和え物	ご飯 味噌汁 鶏つくねと大根の煮物 ビーフン かまかと玉ねぎのサラダ	ご飯 味噌汁 銀ひらすの酒粕焼き レバーの生姜煮 キャベツとコーンのお浸し	ご飯 すまし汁 赤魚の西京焼き さつま芋のレモン煮 カリフラワーと小松菜のお浸し	ご飯 味噌汁 麻婆茄子 切干大根とベーコンのスープ煮 レンコンの梅おほかまヨササラダ	ご飯 味噌汁 さばの塩焼き 焼売 わかめと玉ねぎのツナサラダ	ご飯 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	洋梨	フルーツサンド	バナナムース	みかん	フルーツカクテル	マンゴー	レアチーズムース
	エネルギー 1499kcal 蛋白質 58.2g 脂質 33.4g 食塩 8.7g	エネルギー 1619kcal 蛋白質 45.5g 脂質 38.4g 食塩 10.2g	エネルギー 1480kcal 蛋白質 52.1g 脂質 28.5g 食塩 8g	エネルギー 1532kcal 蛋白質 50.4g 脂質 31.3g 食塩 7.2g	エネルギー 1599kcal 蛋白質 49g 脂質 44.2g 食塩 10.4g	エネルギー 1515kcal 蛋白質 54.2g 脂質 36g 食塩 8.2g	エネルギー 1486kcal 蛋白質 53.2g 脂質 28.3g 食塩 8.8g

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

特別養護老人ホーム ケアカレッジ

2月献立表

	月 24	火 25	水 26	木 27	金 28	土	日
朝食	ご飯 味噌汁 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	ご飯 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	ご飯 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 きざみ漬け ジョア 漬物	ご飯 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	ご飯 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		
昼食	ご飯 トマトスープ チキンのレモンペッパー焼き フレンチサラダ 青りんごゼリー	ご飯 味噌汁 さばの生姜煮 大根きんぴら オレンジムース	シーフードカレー コンソメスープ 菜花のカニカマ和え 福神漬 苺ミルクプリン	ご飯 中華スープ ニラ玉 ナムル ぶどうムース	ご飯 味噌汁 鶏のから揚げ 人参しりしり ピーチゼリー		
夕食	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け 炒り高野 ブロッコリーの胡麻和え	ご飯 コンソメスープ ポークチャップ マッシュポテト 人参と蒸し鶏の和え物	ご飯 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	ご飯 味噌汁 鶏の照り焼き 豆腐けんちん煮 もやしの酢の物	ご飯 すまし汁 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		
3時	黄桃	フルーツカクテル	パイン	バニラババロア	きなこミルクムース		
	エネルギー 1485kcal 蛋白質 52.8g 脂質 22.5g 食塩 9.7g	エネルギー 1605kcal 蛋白質 50.9g 脂質 44g 食塩 8.6g	エネルギー 1519kcal 蛋白質 54.7g 脂質 31.5g 食塩 9.5g	エネルギー 1581kcal 蛋白質 51.5g 脂質 40.5g 食塩 9.5g	エネルギー 1565kcal 蛋白質 50.8g 脂質 42g 食塩 7.6g		
朝食							
昼食							
夕食							
3時							