

献立表

期 間: 2024/2/1~2024/2/29

	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
朝食					米飯 漬物(ツボ漬け) 和風サラダ 味噌汁 牛乳	食パン いちごジャム ごぼうサラダ 飲むヨーグルト マンゴー缶	パンバイキング キャベツのサラダ 牛乳 パン
昼食					赤飯 白身魚の粕漬け焼き ピーナツ和え 清汁	米飯 チキン南蛮 磯辺和え かき玉汁	*節 分* 巻き寿司 鯛のかつお煮 菜の花のからし和え 赤だし
夕食					米飯 豚肉の生姜焼き 春雨の酢の物 のっぺい汁	米飯 ホキのくわ焼き ミモザサラダ 味噌汁	米飯 チリコンカン風 コーンサラダ コンソメスープ
3時					モモムース	黒糖ケーキ	厄除けまんじゅう
	4	5	6	7	8	9	10
朝食	バターロール はちみつ 白菜のおかか和え 飲むヨーグルト ミックスフルーツ缶	クリームエスカルゴ 白菜のマヨネーズ和え 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(桜漬け) 煮豆(大豆昆布) 味噌汁(ふ) 牛乳	バターロール いちごジャム ほうれん草のソテー 飲むヨーグルト マンゴー缶	米飯 漬物(ツボ漬け) 菊菜のおかか和え 味噌汁 牛乳	食パン りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト みかん缶	卵雑炊 ほうれん草の煮浸し 牛乳 バナナ
昼食	米飯 ハムカツ 南瓜サラダ 味噌汁	米飯 和風煮込みハンバーグ コールスローサラダ みそ汁	*郷土料理*北海道 ふりかけごはん 南京ラーメン(塩ラーメン) ふきと平天の煮物 リンゴ缶	米飯 鯖のおろし煮 しろ菜のピーナツ和え 味噌汁	韓国風そぼろ丼 もやしおくら和え物 わかめスープ	米飯 鯖の胡麻焼き しろ菜の卵の和え物 みそ汁	梅ちぎり御飯 豆腐の野菜あんかけ 白菜のなめ茸和 粕汁
夕食	米飯 ツナオムレツ マカロニサラダ きのこスープ	米飯 ウラの幽庵焼き 小松菜の和風ドレ和え 味噌汁	米飯 鶏肉のパン粉焼き オーロラサラダ コンソメスープ	米飯 厚揚げの挽肉のせ野菜あん 拌三絲 かきたま汁	米飯 鰯の味噌マヨネーズ焼き ごま和え 清汁	米飯 回鍋肉 カリフラワーサラダ 中華スープ	米飯 牛肉と大根の炒め煮 胡瓜の和え物 味噌汁
3時	イチゴゼリー	バタークッキー	黒糖まんじゅう	ももゼリー	ミルク饅頭	コーヒーゼリー	おかしなバナナ
	11	12	13	14	15	16	17
朝食	バターロール いちごジャム マカロニサラダ 飲むヨーグルト オレンジ	クリームエスカルゴ チンゲン菜のサラダ 飲むヨーグルト パン	米飯 漬物(赤かっぱ) しろ菜の煮浸し 味噌汁(揚げ) 牛乳	バターロール りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(刻みたくあん) 小松菜の和え物 味噌汁 牛乳	食パン いちごジャム クリーミーポテト 飲むヨーグルト 洋ナシ缶	パンバイキング しろ菜の柚子和え 牛乳 バナナ
昼食	米飯 ポークシチュー ツナポパイサラダ プリン	米飯 白身魚のフライ ピーマンサラダ 味噌汁	米飯 白身魚のソテーマトソース 二色和え 味噌汁	ドライカレー 春菊とかにかまのナムル コンソメスープ	☆☆健康米☆☆ 黒豆ごはん 鶏肉の山賊焼 人参りしり 清汁	米飯 ポトフ煮 さつま芋サラダ コーンポタージュ	米飯 豚肉と筍の炒め物 タラモさだ みそ汁
夕食	米飯 たらこ入り卵焼き 青梗菜のお浸し 味噌汁	米飯 牛肉とこんにゃくのみそ煮 菜の花の沢庵和え 清汁	米飯 豆腐ハンバーグ(手作り) カリフラワーの梅和え 卵スープ	米飯 鯖の梅干し煮 茄子の銀あんかけ 味噌汁	米飯 海老団子と野菜の煮物 ちんげん菜の中華和え 豆乳の中華風スープ 栗まんじゅう	米飯 かに玉 菜の花のピーナツ和え わかめスープ バナナムース	米飯 白身魚の柚子胡椒焼 ほうれん草のかつお和え みそ汁
3時	小倉あんパイ	プチケーキ(メープル)	抹茶カステラ	チョコババロア	栗まんじゅう	バナナムース	チョコチップクッキー
	18	19	20	21	22	23	24
朝食	バターロール はちみつ 玉葱サラダ 飲むヨーグルト みかん缶	クリームエスカルゴ 小松菜サラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(しその実漬) 大根の煮物 味噌汁 牛乳	バターロール はちみつ チンゲン菜の煮浸し 飲むヨーグルト ミカン缶	米飯 漬物(青かっぱ) しろ菜の和え物 味噌汁 牛乳	食パン りんごジャム 大根サラダ 飲むヨーグルト バナナ	かに雑炊 菜の花のお浸し 牛乳 ミックスフルーツ缶
昼食	米飯 お好み風キャベツ焼 菊菜のしらす和え 清汁	米飯 鶏肉の梅照焼き 玉葱のかつおサラダ 味噌汁	*旬の食材 菜の花* ハニーロール 菜の花と帆立のスパゲッティ えびカツ コンソメスープ	米飯 鶏肉のねぎみそ炒め 豆腐の卵とじ 清汁	*郷土料理*北海道 米飯 豚肉のジンギスカン風 アスパラときのこの中華炒め 牛汁	米飯 白身魚の竜田揚げ 煮豆腐 味噌汁	米飯 白身魚の香草ムニエル もやしのゆかり和え 味噌汁
夕食	米飯 鰯のネギ味噌焼き 春雨の和え物 のっぺい汁	米飯 白身魚の山椒焼き チンゲン菜のサラダ 味噌汁	米飯 田舎煮 カリフラワーのごま和え 味噌汁	米飯 カハの梅煮 ほうれん草の明太子和え 味噌汁	米飯 ホキの甘辛焼き 春雨の中華和え 味噌汁	米飯 鶏肉の塩こうじ焼き ほうれん草のサラダ コンソメスープ	米飯 豚肉のスタミナ焼き じゃが芋のそぼろ煮 卵スープ
3時	バームクーヘン	どら焼き	野菜カステラ	プチシュークリーム	紅茶ケーキ	長崎カステラ	マロンパイ
	25	26	27	28	29		
朝食	バターロール いちごジャム 野菜のコンソメ煮 飲むヨーグルト マンゴー缶	クリームエスカルゴ ポテトサラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(刻みたくあん) 千切り大根の煮物 味噌汁 牛乳	バターロール りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト オレンジ	米飯 漬物(ツボ漬け) 和風サラダ 味噌汁 牛乳		
昼食	米飯 西施豆腐 胡瓜とザーサイの和え物 ワンタンスープ	米飯 鰯のハーブパン粉焼き 小松菜のバター炒め 魚介のミルクスープ	☆郷土料理:北海道☆ 米飯 ざんぎ アスパラとベーコンのスクランブルエッグ 空知汁	ビーフストロガノフ ツナポパイサラダ 桃ヨーグルト	米飯 チーズコロッケ ピーマンソテー コーンポタージュ		
夕食	米飯 オムレツデミソースかけ シーザーサラダ 野菜スープ	米飯 牛肉と白菜のオイスター炒め 春雨の酢の物 味噌汁	米飯 白身魚のコーンマヨ焼 さつま芋の煮物 コンソメスープ	米飯 白身魚の磯辺焼 ポン酢和え 味噌汁	米飯 回鍋肉 棒々鶏 中華スープ		
3時	プチケーキショコラ	牛乳ケーキ	青りんごゼリー	レモンケーキ	ぼたぼた焼		