

献立表

常食

		2/1	2/2	2/3	2/4	2/5	2/6	2/7
朝	A 定食	ﾊﾞﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ 野菜の炒め物(小柱) 果物(バナナ) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂﾅｼﾞﾔﾑ ﾐﾆｽﾄﾛｰﾈ(ｷﾅ) 果物(みかん) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂﾅｼﾞﾔﾑ ｽﾏﾆｼﾞﾅﾒﾙ 付) ﾍﾞﾁﾔｯﾌﾟ ﾎﾞｯｸ 果物(ﾏﾅ) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ ｼﾝﾌｰﾄﾞｸﾞﾗﾅ 果物(バナナ) ｼｮｱ(ﾌﾞﾚﾝ)	ﾚｰｽﾞﾝ0・ｶ90g・ﾊﾞﾀｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰとﾋﾞﾝｼﾞ 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ 小柱のｸﾘｰﾑ煮 果物(ﾏﾅ) ｼｮｱ(ﾌﾞﾚﾝ)	★ﾊﾞﾝ90g・ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ｽｰﾌﾟ 仕立て 果物(バナナ) 牛乳
	B 定食	ご飯 220g 鶏肉の治部煮 なす酢味噌和え 果物(バナナ) 牛乳	ご飯 220g 鯉の塩焼き(80) ｷｬﾍﾞﾂのお浸し 果物(みかん) 牛乳	ご飯 220g ほっけの塩焼き 70 鶏の和え物 果物(ﾏﾅ) 牛乳	ご飯 220g 鶏つくね野菜煮 いんげんのナムル 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯 220g 肉みそ豆腐 いんげんのナムル 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯 220g 鶏肉のおろし煮 とろろ芋 付)ﾊﾞｯｸ醬油 果物(ﾏﾅ) ｼｮｱ(ﾌﾞﾚﾝ)	ご飯 220g 五目あんかけ豆腐 果物(バナナ) 牛乳
昼	A 定食	焼きそば エビ焼売② ごぼうサラダ	カレーライス (220g) 野菜のマリネ ヨーグルトデザート	ご飯 220g 鶏肉のトマト煮 鍋しぎ 春雨サラダ⑤	ご飯 220g ブリの照り焼き(80) 大根の煮物 ゆかり和え (ｷｬﾍﾞﾂ)	ご飯 220g 回鍋肉 大根とツナのﾅﾅｸﾞ 春巻(50)	ご飯 220g 料の唐揚香味ｼｰｽがけ 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	肉うどん めんかけつゆ(温) 付)一味唐辛子 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)
	B 定食	ご飯 220g メバルの甘酢あんかけ エビ焼売② ごぼうサラダ	ご飯 220g 赤魚の照り煮 野菜のマリネ ヨーグルトデザート	ご飯 220g 鯉の照り焼き 鍋しぎ 春雨サラダ⑤	ご飯 220g 豚肉と厚揚げの炒め物 大根の煮物 ゆかり和え (ｷｬﾍﾞﾂ)	たらこｶﾘｰｽﾏﾝｸﾞﾃﾞｰ ｸﾘｰﾑソース 大根とツナのﾅﾅｸﾞ 春巻(50)	ご飯 220g 鶏肉の照り焼き 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	ご飯 220g 鯉の香草焼き(80) 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)
タ	A 定食	ご飯 220g 豚カツ ピーンズソース ピーンズサラダ いり豆腐	ご飯 220g すき焼き(冬) 南瓜いとこ煮 小松菜の土佐和え 清し汁(ﾌｳｷﾞ・ﾊｳﾍﾞﾝ)	行事食献立 お楽しみに！	ご飯 220g メバルの梅焼き 五目豆 南瓜サラダ 清し汁(小松菜・花魁)	ご飯 220g ﾌｪﾙ(白身)ﾚﾓﾝﾊﾞﾀｰ焼 ｷﾞﾅｸﾞﾃﾞｰﾅｸﾞ(ﾏﾔ) ﾌﾙｰﾂ羹(黄桃) 味噌汁(ｼｶﾞﾅ・豆麩)	ご飯 220g ﾐｰﾄﾞﾛｰﾌ ｽﾏﾝｸﾞﾃﾞｰﾅｸﾞ(ﾏﾔ) ﾌﾙｰﾂ羹(黄桃) 味噌汁(ｼｶﾞﾅ・豆麩)	ご飯 220g 赤魚の西京焼き 牛蒡のしぐれ煮 ごま和え(ｲﾅｸﾞﾝ) みたらし団子
		2/8	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13	2/14
朝	A 定食	ﾊﾞﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ ｲﾝｸﾞｰと野菜の炒め物 果物(みかん) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂﾅｼﾞﾔﾑ ｸﾞｰとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ 煮物(ﾏﾅ) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・あんず ﾎｰｸﾞﾋｰﾝｽﾞ 果物(バナナ) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ 菓ごもり卵 付) ﾍﾞﾁﾔｯﾌﾟ ﾎﾞｯｸ 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂﾅｼﾞﾔﾑ 鶏肉のﾄﾏﾄｰﾌﾞ煮 果物(オレンジ) ｼｮｱ(ﾌﾞﾚﾝ)	★ﾊﾞﾝ90g・ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ 卵ﾅｸﾞ(5) 果物(みかん) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ 野菜ｼﾅﾁｰ 果物(バナナ) 牛乳
	B 定食	ご飯 220g 高野豆腐の味噌煮 果物(みかん) 牛乳	ご飯 220g 野菜のそぼろ煮 果物(ﾏﾅ) 牛乳	ご飯 220g ほっけの塩焼き 70 いんげんのナムル風 果物(バナナ) 牛乳	ご飯 220g 厚揚げとﾌｳﾝｼﾞの煮物 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯 220g 豆腐の卵とし 果物(オレンジ) ｼｮｱ(ﾌﾞﾚﾝ)	ご飯 220g 土佐納豆(五) 大根の煮物 果物(みかん) 牛乳	ご飯 220g 鯉の塩焼き ﾅｸﾞの和え物(ｷﾅ・ﾆｼ) 果物(バナナ) 牛乳
昼	A 定食	ご飯 220g ソイの野菜あん(揚 南瓜の煮物 白菜のﾌｳﾋﾞ和え	ご飯 220g ﾀﾝﾄﾞﾘｰﾁｷﾝ さつま芋とりんご煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰﾅｸﾞ(ﾅｽﾞ)	ご飯 220g 鯉の田楽焼き 金平ごぼう 春雨ﾅｸﾞ(ｷｬﾍﾞ)	ご飯 220g 豚肉の生姜炒め ごま和え(ｲﾅｸﾞﾝ) 白菜とﾍﾞｰｺﾝのｼﾅﾁｰ	けんちんうどん けんちんつゆ 煮豆(金時豆) 甘酢和え(蕪・葉)	ご飯 220g ホキの味噌焼き 里芋の煮物 わさび和え(ｺﾏﾅﾅﾅｸﾞ) ふりかけ (Caﾏﾅ)	ご飯 220g ソイのﾄﾏﾄｰｽ(80) ｷﾞﾅｸﾞ ｷｬﾍﾞ ｸﾅｸﾞ(ﾊｳ)
	B 定食	ご飯 220g 豚肉と木くらげ卵炒め 南瓜の煮物 白菜のﾌｳﾋﾞ和え	ご飯 220g 友禅豆腐 さつま芋とりんご煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰﾅｸﾞ(ﾅｽﾞ)	ご飯 220g 鶏肉の磯辺揚げ 付)ﾊﾞｯｸ醬油 金平ごぼう 春雨ﾅｸﾞ(ｷｬﾍﾞ)	ご飯 220g 鯉のムニエル ごま和え(ｲﾅｸﾞﾝ) 白菜とﾍﾞｰｺﾝのｼﾅﾁｰ	ご飯 220g 鯉の味噌ﾌｳﾋﾞｽﾞ焼き 煮豆(金時豆) 甘酢和え(蕪・葉)	ｷﾞﾅｸﾞ 里芋の煮物 わさび和え(ｺﾏﾅﾅﾅｸﾞ) ｷﾞﾅｸﾞ ｷｬﾍﾞ ｸﾅｸﾞ(ﾊｳ)	ご飯 220g 豚肉のｷｷｷﾞｰｽ 付)ｷｷｷﾞｰｽﾊﾞｯｸ ｷﾞﾅｸﾞ ｷｬﾍﾞ ｸﾅｸﾞ(ﾊｳ)
タ	A 定食	ご飯 220g のし菜 切干大根煮(薩摩揚げ) ﾌｳﾋﾞｺﾌﾞ(ﾌﾙｰﾜｰ)ﾅｸﾞ 清し汁(ｷﾞ・ｼﾞﾅｸﾞ)	炊き込みご飯(220) のし菜 切干大根煮(薩摩揚げ) ぜんまいの炒め煮 あんみつ	ご飯 220g 豚肉の甘辛焼き(80) ﾋﾞｰｸﾞ和え(小松菜) 葛切り団子黒蜜かけ 味噌汁(ﾌｳｷﾞ・ｷﾞ)	ご飯 220g 酢豚 野菜中華和え 胡麻団子(1個) 中華ｽｰﾌﾟ(ﾌｳｷﾞ・ねぎ)	ご飯 220g ﾊﾙの和風ｼｰｽ(揚 野菜のちみち炒め 長ネギとｵｸﾗの梅和え ﾁｮｺﾌﾞﾘﾝ	ご飯 220g 栗原はるみさん監修の ｽﾏﾝｸﾞ(ﾏﾅ)ﾄﾏﾄｰｽ ｺｰﾝサラダ(冬) サイコロサラダ ｺﾝｼｽﾏｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ・ｷﾞ) ﾌﾞﾗｳﾆｰ	ご飯 220g 鶏肉の照り焼き 大豆とひじきの煮物 白菜の酢の物 味噌汁(ﾌｳｷﾞ・豆腐)
		2/15	2/16	2/17	2/18	2/19	2/20	2/21
朝	A 定食	ﾚｰｽﾞﾝ0・ｶ90g・ﾊﾞﾀｰ 鶏肉のｸﾘｰﾑ煮 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂﾅｼﾞﾔﾑ ﾊﾑｴｯｸﾞ 付) ﾍﾞﾁﾔｯﾌﾟ ﾎﾞｯｸ 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・あんず 豚しゃぶﾅｸﾞ ﾌｳｲﾙﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 減塩ﾌﾞﾏ 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ 豚肉と野菜のﾌﾞｰ 果物(バナナ) ｼｮｱ(ﾌﾞﾚﾝ)	ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂﾅｼﾞﾔﾑ ｽﾏﾆﾋﾋﾞ(ﾍﾞｰｺﾝ) 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・あんず ﾊﾑ野菜ｼﾅﾁｰ 果物(バナナ) 牛乳	★ﾊﾞﾝ90g・ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ﾄﾏﾄｰﾌﾞ煮(ｷﾅ) 果物(ﾏﾅ) 牛乳
	B 定食	ご飯 220g メバルの煮付け ごま和え(ｲﾅｸﾞﾝ) 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯 220g 鯛つみれの煮物 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯 220g 焼き豆腐の煮物 長ネギの和え物 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯 220g 炒り卵 和え物(白菜)⑤ 果物(バナナ) ｼｮｱ(ﾌﾞﾚﾝ)	ご飯 220g 五目野菜煮 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯 220g 和風炒め(ｽﾏﾋﾞ) 果物(バナナ) 牛乳	ご飯 220g がんもと野菜の煮物 果物(ﾏﾅ) 牛乳
昼	A 定食	ご飯 220g 八宝菜 焼売③ 彩りなます	ﾋﾞﾋﾞﾝﾊﾞﾈ(220) 竹輪と牛蒡の金平 ﾌﾙｰﾂｶｸﾅﾙ白玉	カレーピラフ(220) 花野菜サラダ ｵｰｸﾞ ﾏｽﾏﾋﾞ ｼｰ添え	ご飯 220g ブリの照り焼き(80) さつまいもの甘辛煮 お浸し(ｺﾏﾅﾅﾅｸﾞ)	ご飯 220g 栗原はるみさん監修の ﾁｷﾝﾌｳﾋﾞ(220g) ごま和え(ｲﾅｸﾞﾝ) ｷﾞﾅｸﾞ(ﾂ)	栗原はるみさん監修の ｽﾏﾝｸﾞ(ﾏﾅ)ﾄﾏﾄｰｽ ｺｰﾝサラダ(冬) 白菜と小柱のﾌﾞｰ	ご飯 220g 揚げ鶏のあんかけ ﾌｳﾋﾞ(ｷｷｷﾞｰｽ 付)ｷｷｷﾞｰｽﾊﾞｯｸ ごぼうとｺﾝﾅｸﾞの煮物 白菜のﾌｳﾋﾞ和え ふりかけ (Caﾏﾅ)
	B 定食	卵とじきしめん 250 麵かけつゆ(卵とじ) 焼売③ 彩りなます	ご飯 220g 鯉のﾌｳﾝﾅﾝｼﾞ焼き風 竹輪と牛蒡の金平 ﾌﾙｰﾂｶｸﾅﾙ白玉	ご飯 220g ソイの香草ﾊﾞﾝ粉焼 花野菜サラダ ｵｰｸﾞ ﾏｽﾏﾋﾞ ｼｰ添え	ご飯 220g 牛肉ﾌﾞﾐﾝｽ煮込み さつまいもの甘辛煮 お浸し(ｺﾏﾅﾅﾅｸﾞ)	ご飯 220g 鯉のﾚﾓ焼き ごま和え(ｲﾅｸﾞﾝ) ｷﾞﾅｸﾞ(ﾂ)	ご飯 220g ｶﾏｸﾞの揚げ浸し ｺｰﾝサラダ(冬) 白菜と小柱のﾌﾞｰ	ご飯 220g 揚げ鶏のあんかけ ごぼうとｺﾝﾅｸﾞの煮物 白菜のﾌｳﾋﾞ和え ふりかけ (Caﾏﾅ)
タ	A 定食	牛丼(220) 小松菜の和え物 ﾌﾙｰﾂ羹(みかん) 味噌汁(ｷｬﾍﾞ・豆腐)	ご飯 220g ﾁｷﾝカツ 付)ﾊﾞｯｸソース 茹なす生姜和え ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのエビあん	ご飯 220g アカウオの塩焼(80) 付)ﾊﾞｯｸ醬油 切り昆布の煮付け 甘酢和え(蕪・葉) 卵ｽｰﾌﾟ	ご飯 220g 鶏肉のﾏｽﾀｰﾄﾞ焼き ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ(ﾍﾞｰｺﾝ) 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ	ご飯 220g 天ぷら 天つゆ 炒り豆腐 なす酢味噌和え	梅しそご飯 鯉の照り煮 甘酢和え(ｷｬﾍﾞ・ﾌｳｷ) ロールケーキ(抹茶)	ご飯 220g ﾐｰﾄﾞﾛｰﾌ ﾅｽの炒め物 小松菜と卵の和え物 ﾅｸﾞ(ﾌﾙｰﾜｰ)ﾅｸﾞ
		2/22	2/23	2/24	2/25	2/26	2/27	2/28
朝	A 定食	ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂﾅｼﾞﾔﾑ 南瓜と挽き肉のｽｰﾌﾟ 煮 果物(みかん) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ ﾊﾑのサラダ⑤ 果物(ﾏﾅ) ｼｮｱ(ﾌﾞﾚﾝ)	ﾊﾞﾝ90g・あんず ｽﾗﾝﾌﾟ ﾏﾅｸﾞ 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ﾚｰｽﾞﾝ0・ｶ90g・ﾊﾞﾀｰ 鶏肉と野菜のｺﾝｼﾞ煮 果物(オレンジ) ｼｮｱ(ﾌﾞﾚﾝ)	ﾊﾞﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ 白菜と小柱のｽｰﾌﾟ 果物(バナナ) 牛乳	ﾊﾞﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ ﾎｰｸﾞﾋｰﾝｽﾞ 果物(ｷｳｲ) 牛乳	★ﾊﾞﾝ90g・ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰとﾋﾞﾝｼﾞ 果物(バナナ) 牛乳
	B 定食	ご飯 220g 土佐納豆(五) 大根とちくわの煮物 果物(みかん) 牛乳	ご飯 220g ほっけの塩焼き 70 付)ﾊﾞｯｸ醬油 中華風和え物 果物(ﾏﾅ) ｼｮｱ(ﾌﾞﾚﾝ)	ご飯 220g 筑前煮 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯 220g ｲﾂﾅみれの煮物 涼拌三絲⑤ 果物(オレンジ) ｼｮｱ(ﾌﾞﾚﾝ)	ご飯 220g メバルの煮付け 煮浸し(白菜・ｺﾝｼﾞ) 果物(バナナ) 牛乳	ご飯 220g 高野豆腐と里芋の煮物 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯 220g 卵焼(手作り) 麩の煮付 果物(バナナ) 牛乳
昼	A 定食	ご飯 220g ｶﾞｰｸﾞﾝｼﾞﾔｰ じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し	ご飯 220g 牛焼肉 大豆とひじきの煮物 さつま芋ﾅｸﾞ	ご飯 220g 鯉の梅風味照焼き 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え	五目あんかけ焼きそば 焼売③ かぶのナムル	チキンライス ツナサラダ(冬) ｺﾝｼｽﾏｰﾌﾟ(ｽﾏ・ｷ)	ご飯 220g ﾅﾝｼﾞﾔｵﾛｰｽ 春巻(50) ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え ふりかけ (Caﾏﾅ)	ご飯 220g 鯉の甘酢あんかけ 茄子の生姜炒め ロールケーキ(抹茶)
	B 定食	ご飯 220g 鯉のチーズ焼き(80) じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し	ご飯 220g 鯉の味噌増焼き 大豆とひじきの煮物 さつま芋ﾅｸﾞ	ご飯 220g 豚肉のﾋﾞｸｽﾄｰｽ 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え	ご飯 220g 鯉の香草焼き(80) 焼売③ かぶのナムル	ご飯 220g ﾌｪﾙ(白身)ｶﾚｰ風味焼 ツナサラダ(冬) ｺﾝｼｽﾏｰﾌﾟ(ｽﾏ・ｷ)	きつねうどん(250) めんかけつゆ(温) 付)一味唐辛子 春巻(50) ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え	ご飯 220g 豚肉の照り焼 茄子の生姜炒め ロールケーキ(抹茶)
タ	A 定食	ご飯 220g 親子煮 甘酢和え(蕪・葉) 手作りゼリー(ｸﾞﾚｰﾌ) 味噌汁(豆腐・ねぎ)	ご飯 220g ホキの磯辺揚げ 付)ﾊﾞｯｸ醬油 金平ごぼう 葛切り団子黒蜜かけ 味噌汁(ﾌｳｷﾞ・ﾀﾏﾅｷ)	ご飯 220g 豆腐ﾊｳﾏﾝｸﾞ 切干大根の生姜炒め 酢味噌和え(ﾌｳｷ) ﾁｮｺﾌﾞﾘﾝ	ご飯 220g ﾋｰﾌﾞｼﾝﾁｩｰ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰﾅｸﾞ(ﾅｽﾞ) ﾌﾙｰﾜｰ ｵﾅ	ご飯 220g 蟹玉 春雨ﾅｸﾞ ｵ(ｽﾄﾞﾘ) 杏仁豆腐	ご飯 220g 赤魚の西京焼き 豚肉と大根の炒め物 ﾎﾂﾄﾞﾗﾀﾞ(ﾂ)⑤ 味噌汁(ﾌｳｷ・豆麩)	ご飯 220g ｺﾛｯｹ 付)ﾊﾞｯｸソース 付)ﾏﾔﾎｰｽﾞ ﾎﾞｯｸ ｶｷﾅｸﾞ(大根) ｺﾝｼｽﾏｰﾌﾟ(ｺﾏﾅ・ﾆｼ)

* 献立は都合により変更させていただく場合がございます。