

令和8年2月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

	★2月1日(日)	2月2日(月)	★2月3日(火)	2月4日(水)	2月5日(木)	2月6日(金)	2月7日(土)
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン 里芋サラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳
昼食	御飯 豚肉と大根の煮物 吸物 やせうま風	赤飯 スズキの白醤油焼き 吸物 せりのごまポン酢和え 甘酒	御飯 いわしの梅煮 鬼除け汁 浅漬け	フレンチトースト ブラウンシチュー サラダ ヨーグルト	キーマカレー サラダ バナナみかんヨーグルト 福神漬	御飯 八宝菜 スープ ほうれん草ののり和え	御飯 白身魚フライ ブロッコリーのポターージュ マカロニサラダ
間	ととやき	どら焼き	野菜生活	バームクーヘン	もみじ饅頭	気になる野菜	ストロベリータルト
夕食	御飯 ホキのバター醤油焼き 吸物 かぶの煮物	御飯 鶏肉とさつまいもの煮物 味噌汁 酢の物	御飯 回鍋肉 味噌汁 春菊の辛子和え	御飯 海鮮すり身のおおさあんかけ わかめスープ 梅春雨	御飯 サバの味噌煮 スープ 里芋のそぼろ煮	御飯 煮魚 味噌汁 にらの卵とじ	御飯 蒸し鶏の梅肉ソースかけ 吸物 さつまいもの昆布煮
	2月8日(日)	2月9日(月)	2月10日(火)	2月11日(水)	2月12日(木)	2月13日(金)	★2月14日(土)
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 高菜漬	御飯 味噌汁 千切り煮 たくあん	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳
昼食	御飯 鯖のおろし煮 大根スープ 白菜のツナぼん酢和え	御飯 芋煮 吸物 ハンサンスー	御飯 赤魚の南部焼き 吸物 豚バラ大根	ゆかり御飯 ぶた肉じゃが 茶碗蒸し ほうれん草のゆずおろし和え	味噌煮うどん サラダ プリンアラモード	御飯 ハンバーグ 白菜のミルクスープ ポテトサラダ	御飯 カレーののり塩焼き 吸物 カリフラワーの酢味噌和え バレンタインデザート
間	原宿ドッグ	赤ぶどうジュース	カエデの実	丸ボーロ	ミルージュ	クリームコンフェ	黒棒
夕食	御飯 牛肉のタレ炒め みぞれ汁 厚揚げのなめこ煮	御飯 鮭の塩焼き 吸物 辛子酢味噌和え	御飯 焼き豆腐のかにあんかけ 味噌汁 オクラのとろろ和え	御飯 ホキのちゃんちゃん焼き風 吸物 大根の昆布和え	御飯 ホッケのみりん焼き レタススープ 厚揚げのタレ炒め	御飯 鮭の昆布茶焼き 吸物 糸こんの卵とじ	チキンカレー サラダ フルーチェ 福神漬
	2月15日(日)	2月16日(月)	2月17日(火)	2月18日(水)	2月19日(木)	2月20日(金)	2月21日(土)
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン 南瓜とブロッコリーのサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳
昼食	御飯 太刀魚の煮付け 味噌汁 煮豆	御飯 牛かぼちゃ 吸物 もずく酢	御飯 塩サバ 蓮根のすり流し汁 辛子和え	十六穀ごはん 赤魚の梅干煮 吸物 白和え	サンドイッチ クラムチャウダー サラダ ゼリー	親子丼 吸物 酢の物 ヨーグルト	御飯 鯖のおろしポン酢のせ さつま汁 ほうれん草のなめ茸和え
間	ラブレ	ショコラブッセ	ワッフル	ジョア	カスタードケーキ	スイートポテト	飲むヨーグルト
夕食	御飯 鶏のおろし玉葱炒め スープ 浅漬け	御飯 ホキのカレーマヨ焼き 生姜スープ ひじき入り卵焼き	御飯 おでん 味噌汁 甘酢生姜和え	御飯 五目柳川風 吸物 ピーマンソテー	御飯 カレーののりパン粉焼き 味噌汁 焼き茄子のサラダ	御飯 すり身団子と白菜の煮物 スープ とろろ	御飯 じゃが芋のパン粉焼き 吸物 白菜のポン酢和え
	2月22日(日)	2月23日(月)	2月24日(火)	2月25日(水)	2月26日(木)	2月27日(金)	2月28日(土)
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン ベイクドエッグ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 高菜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳
昼食	御飯 豚肉と野菜の生姜醤油炒め スープ だし巻き卵	御飯 サバの竜田焼き 吸物 胡瓜と白菜の香味和え	御飯 鶏の南蛮漬け おおさ汁 大根サラダ	御飯 鯖の煮付け ちゃんこ汁 もずくとオクラの梅和え	菜めし 赤魚の塩焼き 吸物 ぬた和え	豚肉と里芋のカレー サラダ フルーツ杏仁 福神漬	御飯 メバルの煮付け 吸物 なめこみぞれ煮奴
間	もみじ饅頭	原宿ドッグ	気になる野菜	ととやき	プリンタルト	野菜生活	シュークリーム
夕食	御飯 煮魚 吸物 人参のツナ金平	御飯 鶏肉と野菜のポン酢炒め たまごスープ サラダ	御飯 エビチリ春雨 味噌汁 餃子	御飯 牛肉と大根の甘辛煮 味噌汁 サラダ	御飯 鶏の甘酢照り煮 味噌汁 和風ポテトサラダ	御飯 ホッケの白醤油焼き さつま芋のミルクスープ ブロッコリーのサラダ	御飯 鶏挽肉の味噌つくね焼き もずくスープ ほうれん草のおかか和え

<p>★行事食★</p> <p>1日(日) 初午 3日(火) 節分 14日(土) バレンタインデー</p>	<p>*旬の食材*</p> <p>ブリ・サバ・タラ 白菜・春菊 ほうれん草 大根・里芋</p>
---	---