

# 週間予定献立表

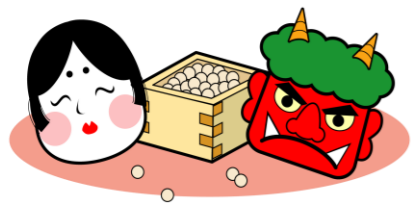
# 2月

2024年



	日 (月)	日 (火)	日 (水)	1日 (木)	2日 (金)	3日 (土)	4日 (日)
朝食				ごはん しろみさかなあげのもの 白身魚揚げの煮物 かぼちゃさらだ 南瓜サラダ だいこんのみそしる 大根の味噌汁	ふりかけ ごはん えびそばろいりだしまきたまご エビそばろ入りだし巻き玉子 ぶろっこりーのようふうおひたし ブロッコリーの洋風お浸し わかめのみそしる わかめの味噌汁	ごはん とりにくのぐりる 鶏肉のグリル うまいなのあえもの うまい菜の和え物 さといもとはくさいのみそしる 里芋と白菜の味噌汁	ごはん ぶれーんおむれつ プレーンオムレツ まかろにさらだ マカロニサラダ きゃべつとわかめのみそしる キャベツとワカメの味噌汁
昼食				開設記念日 赤飯 さしみもりあわせ 刺身盛り合わせ なのはなとあぶらあげのにびたし 菜の花と油揚げの煮浸し ごまとうふ ごま豆腐 とんじる 豚汁	ごはん にくだんごのやさいあん 肉団子の野菜あん こうやとうふのさいころに 高野豆腐のサイコロ煮 ほうれんそうのみそしる ほうれん草の味噌汁 おうとうかん 黄桃缶	節分 ちらしずし ちらし寿司 きぬあげのもの 絹揚げの煮物 だいこんとにんじんのなます 大根と人参のなます いわしのつみれじる 鰯のつみれ汁	ごはん やきにくふう 焼肉風 えだまめがんものものにもの 枝豆がんもの煮物 はくさいとかまぼこのあえもの 白菜と蒲鉾の和え物 しいたけのみそしる 椎茸の味噌汁
おやつ 上:普 下:ゼ				ケーキ プリン	安納芋ムース/ミルクティー	苺シュークリーム 苺ゼリー	リンゴゼリー/ポカ
夕食				ごはん とりにくのゆずちやに 鶏肉のゆず茶煮 もやしとつなのいためもの もやしとツナの炒め物 さつまいものみそしる さつまいもの味噌汁 きざみたくあん 刻みたくあん	ごはん あじのさんしょに 鱈の山椒煮 だいこんととりにくのいためもの 大根と鶏肉の炒め物 あさりとあぶらあげのみそしる あさりと油揚げの味噌汁 しそのみつけ しその実漬	ごはん ぶたにくのこうみいため 豚肉の香味炒め ぎゅうにくとれんこんのきんぴら 牛肉と蓮根の金平 とうふとねぎのみそしる 豆腐とねぎの味噌汁 こんぶつくだに 昆布佃煮	ごはん しろがねだらのにつけ シロガネダラの煮付 こまつなとぶたにくのいためもの 小松菜と豚肉の炒め物 ねぎとだいこんばのみそしる ねぎと大根葉の味噌汁 さくらつけ 桜漬

※ 都合により、献立内容が一部変更になる場合がございます。



# 週間予定献立表

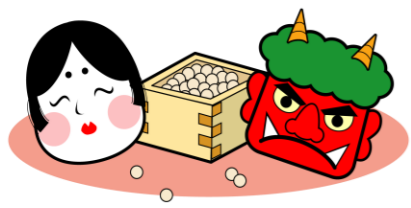
# 2月

2024年



	5日 (月)	6日 (火)	7日 (水)	8日 (木)	9日 (金)	10日 (土)	11日 (日)
朝食	ごはん かにつみれのにももの カ二つみれの煮物 ぶろっこりーのすろーさらだ ブロッコリーのスーサラダ だいこんとちんげんさいのみそしる 大根と青梗菜の味噌汁	ごはん ちきんなげつと チキンナゲット もやしとだいこんぼのどれあえ もやしと大根葉のドレ和え さつまいもとにんじんのみそしる さつまいもと人参の味噌汁	ふりかけ ごはん たまごやき 玉子焼き はくさいのあえもの 白菜の和え物 だいこんとあぶらあげのみそしる 大根と油揚げの味噌汁	ごはん てりやきふうにくだんご 照り焼き風肉団子 はくさいのにびたし 白菜の煮浸し ほうれんそうとたまねぎのみそしる ほうれん草と玉ねぎの味噌汁	ごはん ちぐさやき 千草焼き だいこんのきんぴら 大根の金平 じゃがいもとしいたけのみそしる じゃがいもと椎茸の味噌汁	ごはん さといもとぶたにくのにももの 里芋と豚肉の煮物 だいこんのなむるあえ 大根のナムル和え はくさいとたまねぎのみそしる 白菜と玉ねぎの味噌汁	ごはん ふかしじゃが ふかしじゃが ぶろっこりーさらだ ブロッコリーサラダ きぬあげとにんじんのみそしる 絹揚げと人参の味噌汁
	ごはん しろみさかなのあげもの 白身魚の揚げ物 だいずとベーコンのこんそめに 大豆とベーコンのコンソメ煮 かぼちゃのみそしる 南瓜の味噌汁 きゅうりのゆずこうあえ きゅうりの柚香和え	ごはん ぶたにくとだいこんのりきゅうに 豚肉と大根の利休煮 やっことうふ 奴豆腐 きゃべつの和どれれ和え キャバツの和風ドレ和え なのはなとかまぼこのすましじる 菜の花と蒲鉾のすまし汁	きーまかれーらいす キーマカレーライス しろなのしおこうじどれあえ しろなの塩麴ドレ和え ふわふわたまごのこんそめすーぷ ふわふわ卵のコンソメスープ おれんじ オレンジ	わかめそば わかめそば もやしとりにくのいためもの もやしと鶏肉の炒め物 うまいなとつなのさらだ うまい菜とツナのサラダ よーぐると ヨーグルト	ごはん はんばーぐ ハンバーグ ちんげんさいとぶたにくのいためもの 青梗菜と豚肉の炒め物 ねぎととうふのみそしる ねぎと豆腐の味噌汁 ようなし缶・ばいんかん 洋梨缶・パイ缶	ごはん しろみさかなのそてー 白身魚のソテー ごぼうとあぶらあげのにももの ごぼうと油揚げの煮物 すばげていさらだ スパゲティサラダ ねぎとわかめのみそしる ねぎとわかめの味噌汁	ごはん ちきんぐりる チキングリル はくさいのにびたし 白菜の煮浸し きゅうりのれもんすあえ きゅうりのレモン酢和え しめじのみそしる しめじの味噌汁
おやつ	チョコレートケーキ チョコレート	ワッフル/ミルクココア はちみつレモンゼリー/ミルクココア	もみじまんじゅう 水ようかん	きな粉シフォンカップケーキ きな粉ゼリー	抹茶ミルクまんじゅう メロンゼリー	ミルクプリン	マンクリームワッフル/リンゴジュース 南瓜ムース/リンゴジュース
夕食	ごはん とりにくとさといものにこみ 鶏肉と里芋の煮込み えびしゅうまい 海老焼売 きぬあげとたまねぎのみそしる 絹揚げと玉ねぎの味噌汁 わさびのざわなつけ わさび野沢菜漬	ごはん ほきのぐりる ホキのグリル やまいものそぼろに 山芋のそぼろ煮 はくさいとわかめのみそしる 白菜とわかめの味噌汁 しばづけ しば漬	ごはん さばのこうみやき 鯖の香味焼き ひじきとかんぴょうのにももの ひじきと干瓢の煮物 ごぼうのみそしる ごぼうの味噌汁 びーまんつけ ピーマン漬	ごはん おでん おでん ぶたにくのしおだれいため 豚肉の塩だれ炒め しばつけ しば漬	ごはん ほっけのしおこうじやき ホッケの塩麴焼き もずくす もずく酢 あぶらあげとにんじんのみそしる 油揚げと人参の味噌汁 つぼつけ つぼ漬	ごはん とんかつのたまごとじ 豚カツの玉子とじ きゃべつとつなのいためもの キャバツとツナの炒め物 こまつなともやしのあかだし 小松菜ともやしの赤だし わさびのざわなつけ わさび野沢菜漬	ごはん いわしのしょうがに 鰯の生姜煮 こうやとうふのさいころに 高野豆腐のサイコロ煮 きゃべつとあさりのみそしる キャバツとあさりの味噌汁 きざみたくあん 刻みたくあん

※ 都合により、献立内容が一部変更になる場合がございます。



# 週間予定献立表

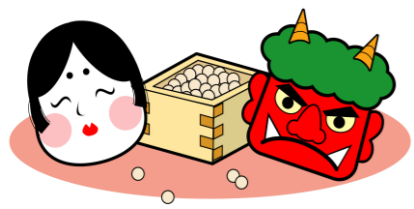
# 2月

2024年



	12日 (月)	13日 (火)	14日 (水)	15日 (木)	16日 (金)	17日 (土)	18日 (日)
朝食	ごはん とりつみれのにももの 鶏つみれの煮物 ひじきいりに ひじき炒り煮 こまつなとたまねぎのみそしる 小松菜と玉ねぎの味噌汁	ごはん なっとう 納豆 かりふらわーとペーこんのそてー カワラーとバコンのソテー はくさいとだいこんのみそしる 白菜と大根葉の味噌汁	ごはん ちきんぴかた チキンピカタ ぼてとさらだ ポテトサラダ ちんげんさいとあぶらあげのみそしる 青梗菜と油揚げの味噌汁	ごはん ほうれんそうおむれつ ほうれん草オムレツ もやしとちくわのあえもの もやしと竹輪の和え物 さといもとねぎのみそしる 里芋とねぎの味噌汁	ごはん かいせんとうふすてーき 海鮮豆腐ステーキ きりぼしだいこんのにももの 切り干し大根の煮物 こまつなとにんじんのみそしる 小松菜と人参の味噌汁	ごはん めぬけのやきひたし メヌケの焼浸し ひじきとまめのまよさらだ ひじきと豆のマヨネーズ しめじとはくさいのみそしる しめじと白菜の味噌汁	ふりかけ ごはん たまごやき 玉子焼き はくさいのあえもの 白菜の和え物 きぬあつあげとだいこんのみそしる 絹厚揚げと大根の味噌汁
	昼食	しょうゆらーめん 醤油ラーメン きぬあげのそばろに 絹揚げのそばろ煮 いんげんのさらだ インゲンのサラダ よーぐると ヨーグルト	ちらしずし ちらし寿司 ごぼうとぶたにくのいりに ごぼうと豚肉の炒り煮 ほうれんそうのみそしる ほうれん草の味噌汁 まんごーかん マンゴー缶	ごはん ぶたにくのごましょうゆいため 豚肉のごま醤油炒め だいこんととりにくのしおに 大根と鶏肉の塩煮 たまごとうふ たまご豆腐 わかめとにんじんのすましじる わかめと人参のすまし汁	ごはん さばのしおやき 鯖の塩焼き はくさいとこえびのにももの 白菜と小エビの煮物 だいこんのみそしる 大根の味噌汁 おれんじ オレンジ	おやこどん 親子丼 やっことうふ 奴豆腐 ぶろっこりーさらだ ブロッコリーサラダ えのきとじゃがいものみそしる えのきとじゃがいもの味噌汁	ごはん あかうおのにつけ 赤魚の煮付 れんこんのなます 蓮根のなます さつまいもともやしのみそしる さつまいもともやしの味噌汁 おうとうかん・ようなしかん 黄桃缶・洋梨缶
おやつ	ババロアシュークリーム キャラメルゼリー 上:普 下:ゼ	黒糖まんじゅう/加比 <sup>ス</sup> 黒糖水ようかん/加比 <sup>ス</sup>	チョコプリン	薄皮まんじゅう はちみつレモンゼリー	安納芋ムース/コーヒー牛乳	プリン	オレンジシフォンケーキ オレンジゼリー
夕食	ごはん しろみさかなのかつ 白身魚のカツ だいずととりにくのにももの 大豆と鶏肉の煮物 さつまいもとだいこんのみそしる さつまいもと大根の味噌汁 しそのみつけ しその実漬	ごはん たんどりーちきん タンドリーチキン ぶろっこりーとあぶらあげのおからあえ ブロッコリーと油揚げのおから和え えのきときやべつのみそしる えのきとキャベツの味噌汁 ぴーまんつけ ピーマン漬	ごはん さわらのさいきょうやき 鯖の西京焼き こまつなときぬあげのいために 小松菜と絹揚げの炒め煮 そうめんとはなふのすましじる そうめんと花麩のすまし汁 おちゃつけみつくす お茶漬ミックス	ごはん みーとろーふ ミートローフ しろなとつなのそてー しろなとツナのソテー せろりのこんそめすーぶ セロリのコンソメスープ よーぐると ヨーグルト	ごはん おうごんかれのいにつけ 黄金カレーの煮付 きやべつとあさりのいためもの キャベツとあさりの炒め物 かすじる 粕汁 さくらつけ 桜漬	ごはん ぎゅうさら 牛皿 かぼちやのふくめに 南瓜の含め煮 なのはなのあえもの 菜の花の和え物 あぶらあげとだいこんのみそしる 油揚げと大根葉の味噌汁	ごはん あいがもすもーく 合鴨スモーク じゃがいもとぶたにくのにももの じゃがいもと豚肉の煮物 ほうれんそうのみそしる ほうれん草の味噌汁 ぴーまんつけ ピーマン漬

※ 都合により、献立内容が一部変更になる場合がございます。



# 週間予定献立表

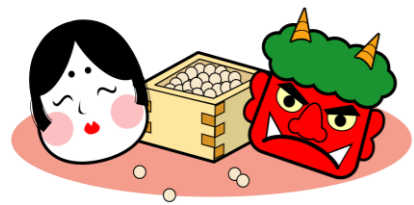
# 2月

2024年



	19日 (月)	20日 (火)	21日 (水)	22日 (木)	23日 (金)	24日 (土)	25日 (日)
朝食	ごはん おさかなあつあげのもの お魚厚揚げの煮物 きゅうりとかまぼこのあまずあえ 胡瓜と蒲鉾の甘酢和え わかめともやしのみそしる わかめともやしの味噌汁	ごはん すくらんぶるえっぐ スクランブルエッグ さつまいもさらだ さつまいもサラダ きぬあげとだいこんのみそしる 絹揚げと大根葉の味噌汁	ごはん ぶたにくのちくぜんに 豚肉の筑前煮 はくさいとあつあげのみぎみそあえ 白菜と厚揚げの麦みそ和え しろなとたまねぎのみそしる しろなと玉ねぎの味噌汁	ふりかけ ごはん でんぶいりだしまきたまご でんぶ入りだし巻き玉子 もやしとしめじのさらだ もやしとしめじのサラダ しいたけとねぎのみそしる 椎茸とねぎの味噌汁	ごはん ぼろにあそーせーじ ボロニアソーセージ かぼちゃのさらだ 南瓜のサラダ ほうれんそうとにんじのみそしる ほうれん草と人参の味噌汁	ごはん きぬあげのそぼろに 絹揚げのそぼろ煮 うまいなとういんなーのそてー うまい菜とウイナーのリテー えのきたけとたまねぎのみそしる えのき茸と玉ねぎの味噌汁	ごはん ぼてとみんちまき ポテトミンチ巻き だいこんのごま酢 大根のごま酢 ごぼうとにんじのみそしる ごぼうと人参の味噌汁
	駅弁 鶏めし ひとくちがんものにももの 一口がんもの煮物 きゃべつのさらだ キャベツのサラダ さといもとにんじのみそしる 里芋と人参の味噌汁 はくとうかん 白桃缶	きつねうどん きつねうどん うまいなとぶたにくのいためもの うまい菜と豚肉の炒め物 かりふらわーさらだ カリフラワーサラダ よーぐると ヨーグルト	ごはん しろみさかなのまりねそーす 白身魚のマリネソース きゃべつとかまぼこのいために キャベツと蒲鉾の炒め煮 だいこんのぼんぼんどれさらだ 大根のバンバンドレサラダ とうふとねぎのみそしる 豆腐とねぎの味噌汁	かれーらいす カレーライス ちんげんさいとあぶらあげのあえもの 青梗菜と油揚げの和え物 ふわふわたまごのこんそめすーぶ おれんじ オレンジ	ごはん すどり 酢鶏 はくさいとかまぼこのいために 白菜と蒲鉾の炒め煮 しろなのおからあえ しろなのおから和え はるさめのちゅうかすーぶ 春雨の中華スープ	ごはん ほっけのたれやき ホッケのたれ焼 ふろふきだいこん ふろふき大根 すばげていさらだ スパゲティサラダ きゃべつとわかめのすましじる キャベツとわかめのすまし汁	ごはん とりにくのやさいそーすやき 鶏肉の野菜ソース焼き ひじきだいず ひじき大豆 きゃべつのあえもの キャベツの和え物 かぼちゃのみそしる 南瓜の味噌汁
おやつ 上:普 下:ゼ	ショコラブッセ 青リンゴゼリー	苺ゼリー/ミルクココア	きな粉ソフトマフィン きな粉ゼリー	ココアワッフル ココアゼリー	ぶどうゼリー	栗あんまんじゅう 水ようかん	どら焼き 梅ゼリー
夕食	ごはん よせなべ 寄せ鍋 だいこんとぶたにくのきんぴら 大根と豚肉の金平 きざみたくあん 刻みたくあん	ごはん やきあじのなんばんつけ 焼アジの南蛮漬け こうやとうふのさいころに 高野豆腐のサイコロ煮 はくさいとしいたけのあかだし 白菜と椎茸の赤だし つぼつけ つぼ漬	ごはん とりにくのねぎやき 鶏肉のねぎ焼き べーこんとえだまめのそてー べーコンと枝豆のリテー あぶらあげとわかめのみそしる 油揚げとわかめの味噌汁 しばつけ しば漬	ごはん ぎゅうにくのわふういため 牛肉の和風炒め ひじきいりに ひじき炒り煮 さといもとはくさいのみそしる 里芋と白菜の味噌汁 こんぶつくだに 昆布佃煮	ごはん さばのみそに 鯖の味噌煮 きりぼしだいこん 切り干し大根 ねぎとはなふのすましじる ねぎと花麩のすまし汁 たかないため 高菜炒め	ごはん にこみはんばーぐ 煮込みハンバーグ もやしとぶたにくのいためもの もやしと豚肉の炒め物 あぶらあげとねぎのみそしる 油揚げとねぎの味噌汁 よーぐると ヨーグルト	ごはん あかうおのあんかけ 赤魚のあんかけ はくさいとにらとぶたにくのもの 白菜とニラと豚肉の煮物 あさりときぬあつあげのみそしる あさりと絹厚揚げの味噌汁 しそのみつけ しその実漬

※ 都合により、献立内容が一部変更になる場合がございます。



# 週間予定献立表

# 2月

2024年



	26日 (月)	27日 (火)	28日 (水)	29日 (木)	日 (金)	日 (土)	日 (日)
朝食	ごはん はむちーずびかた ハムチーズピカタ ぶろっこりーのようふうおひたし ブロッコリー-の洋風お浸し きやべつのみそしる キャベツの味噌汁	ごはん だいずみーとはんぱーぐ 大豆ミートハンバーグ いんげんのあえもの インゲンの和え物 やがいもとたまねぎのみそしる 矢が芋と玉ねぎの味噌汁	ごはん かにかまいりだしまきたまご カニカマ入りだし巻き玉子 ぶろっこりーさらだ ブロッコリー-サラダ こまつなとさといものみそしる 小松菜と里芋の味噌汁	ごはん なっとう 納豆 ちんげんさいとぶたにくのいためもの 青梗菜と豚肉の炒め物 きぬあげとわかめのみそしる 絹揚げとわかめの味噌汁			
	ごはん ほきのこうそうばんこやき ホキの香草パン粉焼き れんこんとあぶらあげのもの 蓮根と油揚げの煮物 さつまいもとねぎのみそしる さつまいもとねぎの味噌汁 ももかん 桃缶	大根ごはん とりにくのしおこうじむし 鶏肉の塩麴蒸し さといもとぶたにくのもの 里芋と豚肉の煮物 しいたけとわかめのみそしる 椎茸とわかめの味噌汁 みかんかん みかん缶	ごはん さけのくりーむそーす 鮭のクリームソース かりふらわーそてー かりふらわー- はくさいのさらだ 白菜のサラダ ねぎとおつゆふのみそしる ネギとおつゆ麩の味噌汁	ごはん しろみさかなのびかた 白身魚のピカタ ひじきとあぶらあげのもの ひじきと油揚げの煮物 しいたけのみそしる 椎茸の味噌汁 せいようなしかん 西洋梨缶			
おやつ	ふんわりロールケーキ/ミルクティー かぼちゃムース/ミルクティー 上:普 下:ゼ	酒まんじゅう さくらんぼゼリー	お誕生会	みるくまんじゅう/リンゴジュース りんごゼリー/リンゴジュース			
夕食	ごはん ぶただいこん 豚大根 やっことうふ 奴豆腐 はくさいともやしのみそしる 白菜ともやしの味噌汁 わさびのざわなつけ わさび野沢菜漬	ごはん さんまのさんしょに 秋刀魚の山椒煮 はくさいといかのとろみいため 白菜といかのとろみ炒め ふわふわたまごのみそしる ふわふわ玉子の味噌汁 しばつけ しば漬	ごはん ぶたにくのびりからいため 豚肉のピリ辛炒め ひじきいりに ひじき炒り煮 だいこんとしめじのみそしる 大根としめじの味噌汁 さくらつけ 桜漬	ごはん とりにくのんにくしょうゆやき 鶏肉のにんにく醤油焼き きやべつのあえもの キャベツの和え物 たまねぎとかまぼこのみそしる 玉ねぎと蒲鉾の味噌汁 つぼつけ つぼ漬			

※ 都合により、献立内容が一部変更になる場合がございます。