

令和6年2月 予定献立表

常食・きざみ

	朝食	昼食	夕食
21 (水)	352Kcal ご飯 みそ汁 たまご焼き おろし和え ヨーグルト	522Kcal ご飯 鶏のトマトソース れんこんのきんぴら風 わさびマヨネーズ和え 果物	468Kcal ご飯 赤魚の粕漬 ごま和え 豚汁 ムース
22 (木)	431Kcal ご飯 みそ汁 魚肉ソーセージソテー 菜の花シラス和え ヨーグルト	496Kcal カニちらしすし 揚げだし豆腐のきのこあんかけ おかか和え 果物	549Kcal ご飯 豚肉の柳川風 もやしの辛子和え みそ汁 ようかん
23 (金)	487Kcal ご飯 みそ汁 納豆 野菜炒め ヨーグルト	694Kcal 月見そば なすとアゲの煮付け しその実和え 果物 牛乳	525Kcal ご飯 煮魚(カレイ) 梅しそ和え みそ汁 豆乳デザート
24 (土)	444Kcal ご飯 みそ汁 目玉焼き おくらのおかか和え ヨーグルト	418Kcal ご飯 八宝菜 シュウマイ ナムル 果物	549Kcal ご飯 鶏肉のみそ照り焼き キャベツのごましょうゆ和え かきたま汁 ピタミンゼリー
25 (日)	443Kcal 雑炊 五目豆 漬物 ヨーグルト	481Kcal ご飯 コロケ 切干煮 ごま酢和え ゼリー ドリンクヨーグルト	436Kcal ご飯 マーボ豆腐 ささみとほうれん草の和え物 みそ汁 栄養ゼリー
26 (月)	435Kcal ご飯 みそ汁 納豆 煮ひたし ヨーグルト	571Kcal ロールパン ハンバーグ さつま芋サラダ 果物 牛乳	528Kcal ご飯 魚の更紗蒸し ごま和え みそ汁 あんみつ
27 (火)	422Kcal ご飯 みそ汁 オムレツ おろし和え ヨーグルト	530Kcal ご飯 鮭の照り焼き きんぴらごぼう かぶときゅうりの酢の物 果物	493Kcal ご飯 鶏のカレー風味 小松菜の和え物 みそ汁 芋ようかん
28 (水)	337Kcal ご飯 みそ汁 さつま揚げ煮 フレーク和え ヨーグルト	558Kcal ご飯 すき焼き風煮 落の炒り煮 辛子和え 果物	502Kcal ご飯 カジキの竜田揚げ とろろいも みそ汁 チョコプリン
29 (木)	442Kcal ご飯 みそ汁 納豆 キャベツとコーンのソテー ヨーグルト	473Kcal ご飯 サバみそ煮 かぼちゃ田舎煮 酢のもの 果物	491Kcal ご飯 親子煮 わさび和え みそ汁 ゼリー

食材の入荷都合により献立が変更になる場合があります。

安立園特別養護老人ホーム

令和6年2月 予定献立表

ソフト

	朝食	昼食	夕食
21 (水)	335Kcal 粥 みそ汁 たまご焼き おろし和え ヨーグルト	538Kcal 粥 鶏のトマトソース れんこんのきんぴら風 サラダ 果物	474Kcal 粥 煮魚 ごま和え みそ汁 ムース
22 (木)	347Kcal 粥 みそ汁 ほたてのムース ほうれんそうゼリー ヨーグルト	408Kcal 粥 オーロラソース 揚げだし豆腐のきのこあんかけ おひたし 果物	461Kcal 粥 豚肉の柳川風 辛子和え みそ汁 ようかん
23 (金)	386Kcal 粥 みそ汁 納豆 野菜炒め ヨーグルト	406Kcal 粥 みそ煮 なすとアゲの煮付け しその実和え 果物 牛乳	429Kcal 粥 煮魚(カレイ) 梅和え みそ汁 豆乳デザート
24 (土)	346Kcal 粥 みそ汁 炒り卵 枝豆ゼリー ヨーグルト	385Kcal 粥 八宝菜 シュウマイ おひたし 果物	488Kcal 粥 鶏肉のみそ照り焼き キャベツのごましょうゆ和え すまし汁 ピタミンゼリー
25 (日)	350Kcal 雑炊 五目豆 うめびしお ヨーグルト	433Kcal 粥 フライ(ソフト) 切干煮 サラダ ゼリー ドリンクヨーグルト	376Kcal 粥 マーボー豆腐 ささみとほうれん草の和え物 みそ汁 栄養ゼリー
26 (月)	340Kcal 粥 みそ汁 納豆 煮ひたし ヨーグルト	447Kcal パン粥 コーヒー風味 ミートローフ風 さつま芋サラダ 果物 牛乳	530Kcal 粥 魚の更紗蒸し ごま和え みそ汁 あんみつ
27 (火)	389Kcal 粥 みそ汁 オムレツ おろし和え ヨーグルト	460Kcal 粥 鮭の照り焼き きんぴらごぼう かぶときゅうりの酢の物 果物	434Kcal 粥 鶏のカレー風味 小松菜の和え物 みそ汁 芋ようかん
28 (水)	332Kcal 粥 みそ汁 煮魚 くるみ 和え ヨーグルト	515Kcal 粥 豚肉煮 落の炒り煮 辛子和え 果物	431Kcal 粥 天ぷら(ソフト) とろろいも すまし汁 チョコプリン
29 (木)	347Kcal 粥 みそ汁 納豆 キャベツとコーンのソテー ヨーグルト	455Kcal 粥 サバのみそ煮 かぼちゃ田舎煮 おひたし 果物	493Kcal 粥 親子蒸し わさび和え みそ汁 ゼリー

食材の入荷都合により献立が変更になる場合があります。
ソフト食対象の方に、昼と夕食の粥にPFCパウダーを添加しています。

安立園特別養護老人ホーム