

# 令和7年2月 予定献立表

## 常食・きざみ

	朝食	昼食	夕食
21 (金)	436Kcal ご飯 みそ汁 納豆 煮ひたし ヨーグルト	432Kcal きつねそば ナス揚げおろし煮 しその実和え 果物 牛乳	558Kcal ご飯 豚肉の生姜焼き 梅しそ和え みそ汁 ゼリー
22 (土)	450Kcal ご飯 みそ汁 オムレツ おくらのおかか和え ヨーグルト	442Kcal ご飯 すき焼き風煮 煮豆 わさび和え 果物	531Kcal ご飯 焼き魚(鮭) 酢のもの 豚汁 豆乳デザート
23 (日)	442Kcal 雑炊 五目豆 漬物 ヨーグルト	497Kcal ご飯 コロッケ ひじき煮 ほうれん草ツナサラダ ゼリー ドリンクヨーグルト	462Kcal ご飯 八宝菜 シューマイ みそ汁 栄養ゼリー
24 (月)	423Kcal ご飯 みそ汁 たまご焼き 野菜炒め ヨーグルト	447Kcal ロールパン 豚肉のケチャップ煮 マッシュポテト 春雨サラダ 果物 牛乳	538Kcal ご飯 カレーと焼き豆腐煮 ごま和え みそ汁 ビタミンゼリー
25 (火)	471Kcal ご飯 みそ汁 目玉焼き 煮ひたし ヨーグルト	536Kcal ご飯 おろしハンバーグ煮 かぼちゃの甘煮 もやしの辛子和え 果物	446Kcal ご飯 はんぺんちーズフライ ささみのなめたけ和え みそ汁 栄養ゼリー
26 (水)	447Kcal ご飯 みそ汁 納豆 キャベツとコーンのソテー ヨーグルト	431Kcal ご飯 煮魚(メバル) 厚揚げのそぼろ煮 おかか和え 果物	527Kcal ご飯 豚肉の柳川風 焼きなす みそ汁 ようかん
27 (木)	339Kcal ご飯 みそ汁 温泉卵 切干し大根の煮つけ ヨーグルト	545Kcal ご飯 鶏のキノコソース きんぴらごぼう わさびマヨネーズ和え 果物	543Kcal ご飯 鱈みそバター漬焼き ほうれん草くるみ和え みそ汁 ムース
28 (金)	426Kcal ご飯 みそ汁 さつま揚げ煮 フレーク和え ヨーグルト	469Kcal しょうゆラーメン 焼きぎょうざ オクラのなめこ和え ゼリー 牛乳	549Kcal ご飯 揚げ鶏のネギソース 大根とほたてのサラダ みそ汁 芋ようかん

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7年2月 予定献立表 ソフト

	朝食	昼食	夕食
21 (金)	382Kcal 粥 みそ汁 納豆 ほうれんそうゼリー ヨーグルト	456Kcal 粥 みそ煮 ナス揚げおろし煮 しその実和え 果物 牛乳	470Kcal 粥 豚肉の生姜焼き 梅和え みそ汁 ゼリー
22 (土)	391Kcal 粥 みそ汁 オムレツ おひたし ヨーグルト	369Kcal 粥 豚肉煮 煮豆 わさび和え 果物	459Kcal 粥 煮魚 くるみ みそ汁 豆乳デザート
23 (日)	370Kcal 雑炊 五目豆 うめびしお ヨーグルト	407Kcal 粥 フライ(ソフト) ひじき煮 サラダ ゼリー ドリンクヨーグルト	427Kcal 粥 八宝菜 シュウマイ みそ汁 栄養ゼリー
24 (月)	386Kcal 粥 みそ汁 たまご焼き 枝豆ゼリー ヨーグルト	403Kcal パン粥 豚肉のケチャップ煮 マッシュポテト サラダ 果物 牛乳	466Kcal 粥 カレーと焼き豆腐煮 ごま和え みそ汁 ビタミンゼリー
25 (火)	384Kcal 粥 みそ汁 目玉焼き 海苔和え ヨーグルト	463Kcal 粥 おろしハンバーグ煮 かぼちゃの甘煮 辛子和え 果物	376Kcal 粥 フライ(ソフト) なめたけ和え みそ汁 栄養ゼリー
26 (水)	369Kcal 粥 みそ汁 納豆 煮びたし ヨーグルト	411Kcal 粥 煮魚 厚揚げのそぼろ煮 おひたし 果物	467Kcal 粥 豚肉の柳川風 焼きなす みそ汁 ようかん
27 (木)	350Kcal 粥 みそ汁 温泉卵 切干し大根の煮つけ ヨーグルト	490Kcal 粥 鶏のキノコソース きんぴらごぼう サラダ 果物	467Kcal 粥 みそ煮 くるみ みそ汁 ムース
28 (金)	336Kcal 粥 みそ汁 鯛のムース ごま和え ヨーグルト	487Kcal 粥 マーボー豆腐 シュウマイ おひたし ゼリー 牛乳	432Kcal 粥 鶏のから揚げ煮(ソフト) トマトゼリー みそ汁 芋ようかん

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