



2月の献立



かわいの家
特別養護老人ホーム

	02月01日(金)		02月02日(土)		02月03日(日)		02月04日(月)		02月05日(火)		02月06日(水)		02月07日(木)	
朝	★食パン ウインナーと野菜のソテー パンプキンサラダ ジャム(マレード & マーガリン) カルシウム牛乳		御飯 フィッシュリーゼージの炒め物 温泉卵 ふりかけ 味噌汁(里芋・葉) カルシウム牛乳		御飯 切干大根の炒め煮 納豆 漬物 味噌汁(もやし・わかめ) 牛乳		御飯 ツナと豆腐の炒め煮 モロヘイヤとオクラの生姜和え ふりかけ 味噌汁(キャベツ) カルシウム牛乳		★食パン 野菜スープ たまごサラダ ジャム(イチゴ & マーガリン) 牛乳		御飯 かにかまと野菜の旨煮 磯納豆 漬物 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳		御飯 厚揚げと青菜の煮浸し とろろ芋 煮豆 味噌汁(麩・豆苗) 牛乳	
昼	★生姜御飯 かれいのおろし煮 れんこんと昆布の甘辛炒め ゼリー(抹茶)		★ほうとう かきあげ 小松菜のゆず浸し		◇◇◇節分◇◇◇ ★巻き寿司・いなり 刺身 大豆煮		御飯 白身魚のみぞれ鍋風 ちくわの磯辺揚げ ムース(ゆず)		御飯 チキンソテー 青菜とあさりのトマト炒め ゼリー(マスカット)		御飯 えびの卵焼き もやしのそぼろ炒め フルーツ(黄桃缶)		★にゅうめん 豚ごぼう炒め いんげんの味噌マヨ和え	
夕	御飯 豆腐ステーキ キャベツの炒め物 春菊ときのこのお浸し 味噌汁(麩・わかめ)		御飯 鶏肉のクリームソースかけ ツナポテト フルーツ(パイン缶) コンソメスープ(青菜・コーン)		御飯 豚肉の七味焼き じゃが芋のそぼろあんかけ いんげんのくるみ和え 味噌汁(あさり・ねぎ)		御飯 ハンバーグ マカロニソテー りんごとキャベツのサラダ 野菜スープ		御飯 赤魚の煮付け 春雨の炒め物 ごぼうサラダ かき玉汁		御飯 豚肉の生姜焼き あさりとじゃが芋煮物 大根サラダ 味噌汁(なめこ・わかめ)		御飯 いわしバーグ かぼちゃのそぼろ煮 ひじきサラダ お吸物(とろろ昆布・豆苗)	
一日 合計	エネルギー	1575kcal	エネルギー	1606kcal	エネルギー	1546kcal	エネルギー	1558kcal	エネルギー	1539kcal	エネルギー	1538kcal	エネルギー	1571kcal
	蛋白質	61.2g	蛋白質	60.6g	蛋白質	63.8g	蛋白質	64.3g	蛋白質	62.3g	蛋白質	59.7g	蛋白質	57.4g
	食塩	6.9g	食塩	8g	食塩	10.6g	食塩	8.2g	食塩	6.7g	食塩	7g	食塩	8.5g

・ ★はユニット炊飯がありません。



2月の献立



かわいの家

特別養護老人ホーム

	02月08日(金)	02月09日(土)	02月10日(日)	02月11日(月)	02月12日(火)	02月13日(水)	02月14日(木)
朝	★食パン ハムと野菜のソテー マカロニサラダ ジャム(りんご&マーガリン) 牛乳	御飯 かに風味卵焼き ひじき煮 ふりかけ 味噌汁(里芋・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 もやしのそぼろ炒め 納豆 漬物 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳	御飯 はんぺんのチーズ焼き 豆サラダ ふりかけ 味噌汁(麩・豆苗) 牛乳	★食パン オムレツ 野菜のコンソメ煮 ジャム(マレード & マーガリン) 牛乳	御飯 かまぼこと野菜の炒め物 しらす納豆 漬物 味噌汁(玉葱・わかめ) 牛乳	御飯 がんもの含め煮 小松菜のからし和え ふりかけ 味噌汁(里芋・葉) カルシウム牛乳
昼	御飯 麻婆豆腐 青菜とあさり炒め物 ムース(杏仁)	御飯 ぶりの照焼き なすの田楽 白菜の和え物	ハヤシライス レタスサラダ ムース(ヨーグルト)	★かけそば かき揚げ フルーツ(みかん缶)	御飯 さわらのゆず味噌焼き さつま芋のいとこ煮 豆腐サラダ	御飯 鶏肉の酢醤油あんかけ ひじきの炒り煮 フルーツ(りんご缶)	御飯 フライ盛合せ かぼちゃの含め煮 大根サラダ
夕	御飯 ほきの梅おろしソース 春雨の炒め物 花野菜のごま和え 味噌汁(じゃが芋・葉)	御飯 鶏肉の南蛮漬け 湯豆腐 フルーツ(白桃缶) お吸物(しめじ・青菜)	御飯 めだいの山椒焼き 肉じゃが ほうれん草の白和え お吸物(素麺・椎茸)	御飯 白身魚の粒マスタード焼き かぶとベーコンのソテー ツナサラダ コンソメスープ(ポテト・青菜)	御飯 八宝菜 かにしゅうまい ムース(杏仁) 中華スープ(春雨・青菜)	御飯 あさりと豆腐の卵とじ 高菜炒め なすのお浸し 豚汁	御飯 ポークソテー 花野菜サラダ ムース(チョコ) コンソメスープ(青菜・コーン)
一日合計	1521kcal 58g 7.6g	1625kcal 64.7g 7.3g	1659kcal 60.9g 7.4g	1553kcal 57.8g 7.3g	1583kcal 56.7g 5.6g	1522kcal 60.7g 7.9g	1676kcal 55.3g 6.9g

・ ★はユニット炊飯がありません。



2月の献立



かわいの家

特別養護老人ホーム

	02月15日(金)		02月16日(土)		02月17日(日)		02月18日(月)		02月19日(火)		02月20日(水)		02月21日(木)	
朝	★食パン ミネストローネ フルーツ(黄桃缶) ジャム(イチゴ & マーガリン) ジョア		御飯 さつま揚げと里芋の煮物 モロヘイヤとオクラの生姜和え ふりかけ 味噌汁(キャベツ) カルシウム牛乳		御飯 野菜の煮浸し 納豆 漬物 味噌汁(じゃが芋・わかめ) 牛乳		御飯 豆腐と野菜の旨煮 春雨サラダ ふりかけ 味噌汁(里芋・ねぎ) カルシウム牛乳		★食パン フィッシュソーゼのソテー フルーツ(みかん缶) ジャム(あん & マーガリン) カルシウム牛乳		御飯 じゃが芋のそぼろ炒め ごましそ納豆 漬物 味噌汁(白菜) ジョア		御飯 厚揚げと切干大根の煮物 温泉卵 ふりかけ 味噌汁(もやし・葉) カルシウム牛乳	
昼	御飯 こんぶと生姜の卵焼き きんぴらごぼう ほうれん草の和え物		御飯 鶏肉のカレーニエル マカロニサラダ フルーツヨーグルト		ゆかり御飯 たら山の山芋蒸し なすのみそ炒め 大根サラダ		御飯 豚肉のごまだれかけ さつま芋の甘煮 フルーツ(りんご缶)		★茶飯 おでん 高菜炒め いんげんのごまあえ		御飯 白身魚のグラタン風 レタスサラダ フルーツ(パイン缶)		御飯 和風ハンバーグ れんこん炒め ゼリー(いちご)	
夕	御飯 さばの香味焼き 湯豆腐 白菜の梅和え 味噌汁(大根・椎茸)		御飯 揚げ豆腐のきのこあんかけ 小松菜と卵の炒め物 もずく酢 味噌汁(麩・豆苗)		御飯 卵とえびの中華炒め 春巻風 チンゲン菜とザーサイの和え物 中華スープ(つみれ・春雨)		御飯 かれいの梅ソースかけ ひじきの炒り煮 春菊のお浸し お吸物(とろろ昆布・ねぎ)		御飯 オムレツ ミートソースかけ かぶのソテー ツナサラダ ほうれん草のポタージュ		御飯 酢鶏風 焼きビーフン フルーツヨーグルト 中華スープ(冬瓜・コーン)		御飯 魚のねぎ塩焼き 肉じゃが オクラの生姜和え お吸物(素麺・錦糸卵)	
一日合計	エネルギー	1562kcal	エネルギー	1515kcal	エネルギー	1519kcal	エネルギー	1548kcal	エネルギー	1535kcal	エネルギー	1503kcal	エネルギー	1541kcal
	蛋白質	55.6g	蛋白質	55.6g	蛋白質	62.3g	蛋白質	56.8g	蛋白質	55.7g	蛋白質	64.9g	蛋白質	56.3g
	食塩	6.9g	食塩	6.6g	食塩	7.2g	食塩	7.1g	食塩	8g	食塩	6.3g	食塩	7.4g

- ★はユニット炊飯がありません。



2月の献立



かわいの家

特別養護老人ホーム

	02月22日(金)	02月23日(土)	02月24日(日)	02月25日(月)	02月26日(火)	02月27日(水)	02月28日(木)
朝	★食パン ウインナーとマカロニのスープ ゼリー(アセロラ) ジャム(ピーナッツ) カルシウム牛乳	御飯 卵焼き オクラの湯葉和え ふりかけ 味噌汁(玉葱・揚げ) カルシウム牛乳	御飯 いんげんの炒め物 納豆 漬物 味噌汁(青菜) 牛乳	御飯 ちくわと大根の炒め煮 とろろ芋 煮豆 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳	★食パン クラムチャウダー フルーツ(パイン缶) ジャム(りんご&マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げと野菜の煮浸し おろし納豆 漬物 味噌汁(青菜) カルシウム牛乳	御飯 厚揚げとひじきの炒り煮 小松菜のからし和え ふりかけ 味噌汁(じゃが芋・ねぎ) 牛乳
昼	★焼きそば 焼餃子 チンゲン菜の和え物	御飯 ぶり大根 春雨と白菜の炒め物 フルーツ(りんご缶)	御飯 鶏肉の照焼き 里芋の田楽 ひじきサラダ	御飯 かわいの香味ソース 焼きビーフン チンゲン菜の中華和え	キーマカレー さつまいもサラダ ゼリー(青りんご) 漬物	★スパゲティミートソース コロッケ いんげんのサラダ	御飯 めだいの風味焼き れんこんのそぼろ炒め もやしの和え物
夕	御飯 豆腐の田楽 キャベツの炒め物 ごぼうサラダ お吸物(あさり・青菜)	御飯 とんかつ かぶの水晶煮 ほうれん草のごま和え 味噌汁(もやし・ねぎ)	御飯 白身魚のタルタルソース マカロニとあさりのトマト煮 レタスサラダ コンソメスープ(玉葱・ベーコン)	御飯 肉豆腐 なすの生姜和え フルーツ(みかん缶) お吸物(とろろ昆布・ねぎ)	御飯 さわらの西京焼き 鶏ごぼう炒め 小松菜のわさび和え お吸物(豆腐・ねぎ)	御飯 かに玉 肉焼売 春雨サラダ 中華スープ(わかめ・えのき)	御飯 鶏肉のしそチーズ焼き なすとベーコンのソテー フルーツ(黄桃缶) コンソメスープ(青菜・コーン)
一日合計	1601kcal 55.1g 8.3g	1627kcal 59.4g 7.3g	1551kcal 63.5g 7g	1580kcal 58.7g 6.1g	1689kcal 58.1g 7.6g	1635kcal 60.6g 8.7g	1547kcal 59.5g 6.2g

・ ★はユニット炊飯がありません。