

	令和07年02月01日(土)	令和07年02月02日(日)	令和07年02月03日(月)	令和07年02月04日(火)	令和07年02月05日(水)	令和07年02月06日(木)	令和07年02月07日(金)
朝	御飯(160) 厚焼き卵 小松菜のお浸し みそ汁(大根・若布) 牛乳	御飯(160) 肉団子の煮物 しろなのわさび和え みそ汁(玉葱・大根葉) 乳酸菌飲料	御飯(160) 厚揚げのねぎあんかけ ブロッコリーの和え物 みそ汁(里芋・葱) ヨーグルト	御飯(160) がんもの煮物 白菜のお浸し みそ汁(畑菜・おつゆ麩) 牛乳	御飯(160) ちくわの炒め煮 春菊のおかか和え みそ汁(里芋・えのき) ジョア	バターロール あんずジャム オムレツ ケチャップ) オクラのなめたけ和え コーンスープ 牛乳	御飯(160) かにかま入りふんわり卵 カリフラワーのおかか和え みそ汁(じゃが芋・若布) ヨーグルト
昼	御飯(160) バサの野菜あんかけ 野菜あん) 牛肉れんこんきんぴら フルーツ缶(洋梨) みそ汁(椎茸・おつゆ麩)	恵方巻 いなり寿司 大豆の煮物 苺パバロア お吸い物(小花麩・葱)	三色丼 ふろふき大根 桃ムース お吸い物(素麺・大根葉)	御飯(160) 鶏肉のカレー風味焼き 付)ブロッコリー なすの揚げ浸し フルーツ缶(マンゴー) コンソメスープ(玉葱・コーン)	ほうとう風うどん 具) だし巻たまご ほうれん草のサラダ ぶどうゼリー	御飯(160) 豆腐ハンバーグ きのこあん) いんげんの煮物 チョコパバロア みそ汁(豆腐・貝割れ)	御飯(160) たらのバター醤油焼き 付)玉葱 さつま揚げとかぶの煮物 フルーツ缶(洋梨) お吸い物(若布・長葱)
おやつ	さつまいも蒸しパン	黒糖饅頭	どら焼き	モカロールケーキ	ドームケーキチョコ	カスタードケーキ	炭酸饅頭
夕	御飯(160) 鶏肉の竜田揚げ 付)キャベツ じゃこと青梗菜の煮浸し もやしのサラダ	御飯(160) たらのみそチーズ焼き 付)ピーマン かぼちゃのいとこ煮 青梗菜のからし和え	御飯(160) 赤魚の蒲焼 付)スナップエンドウ なすの含め煮 白菜の磯和え	御飯(160) さばの味噌煮 付)長葱 切干大根の炒め煮 ブロッコリーの香味和え	御飯(160) チキンカツ ソース) 付)キャベツ 大豆とひじきの煮物 玉葱サラダ	御飯(160) さばの生姜煮 付)長葱 キャベツのベーコンソテー カリフラワーの甘酢漬け	御飯(160) 焼き肉 付)なす じゃが芋の含め煮 畑菜のお浸し
	令和07年02月08日(土)	令和07年02月09日(日)	令和07年02月10日(月)	令和07年02月11日(火)	令和07年02月12日(水)	令和07年02月13日(木)	令和07年02月14日(金)
朝	御飯(160) 炒り豆腐 青菜のごま和え みそ汁(さつま芋・葱) 乳酸菌飲料	御飯(160) 納豆 さつま揚げといんげんの炒め みそ汁(里芋・若布) 牛乳	御飯(160) 白菜とツナの炒め物 温泉卵 みそ汁(もやし・水菜) ジョア	御飯(160) 肉詰めいなりの煮物 キャベツのゆかり和え みそ汁(うまい菜・おつゆ麩) 牛乳	御飯(160) 炒り豆腐 オクラのお浸し みそ汁(しろな・うずまき麩) 乳酸菌飲料	黒糖ロール スクランブルエッグ ケチャップ) カリフラワーサラダ コンソメスープ(コーン・しめじ) 牛乳	御飯(160) 野菜つみれの含め煮 キャベツのごまドレッシング和え みそ汁(しめじ・かぶ葉) ジョア
昼	御飯(160) ミートローフ ソース) 付)アスパラ カリフラワーソテー マスカットゼリー コンソメスープ(マッシュルーム・人参)	御飯(160) 揚げ豆腐の野菜あん 野菜あん) えびとキャベツの炒め物 りんごムース みそ汁(冬瓜・大根葉)	御飯(160) バサの和風ムニエル 付)オクラ ごぼうの炒り煮 フルーツ缶(黄桃) お吸い物(とろろ・貝割れ)	御飯(160) 鶏肉の治部煮風 青梗菜炒め 抹茶パバロア お吸い物(かぶ・葱)	御飯(160) ビーフシチュー えびとブロッコリーのサラダ フルーツ缶(みかん)	御飯(160) 鮭の香味焼き 付)いんげん 冬瓜のくず煮 青りんごゼリー みそ汁(青菜・えのき)	御飯(160) ハンバーグ ソース) 付)甘煮人参・コーン ジャーマンポテト フルーツ缶(黄桃) パンブキンスープ
おやつ	りんご入り蒸しパン	芋ようかん	マドレーヌ	和のパンケーキ	バナナケーキ	レモンケーキ	チョコバウムクーヘン
夕	御飯(160) 赤魚の煮付け 付)春菊 レバーと玉葱の炒め物 きょうらぶき	御飯(160) めばるの生姜醤油焼き 付)ブロッコリー 青梗菜の煮浸し かぶのしそ風味和え	御飯(160) 青椒肉絲 豆腐焼売 ほうれん草のピーナッツ和え	御飯(160) かに入り卵焼き和風あんかけ 和風あん) 里芋のごま煮 畑菜のナムル	御飯(160) たらの揚げ浸し 付)なす かぼちゃの含め煮 白菜のわさび和え	御飯(160) 鶏肉の香味焼き 付)玉葱 小松菜の煮浸し マカロニサラダ	御飯(160) 五目卵焼き 和風あん) 冬瓜の土佐煮 きょうらぶき
	令和07年02月15日(土)	令和07年02月16日(日)	令和07年02月17日(月)	令和07年02月18日(火)	令和07年02月19日(水)	令和07年02月20日(木)	令和07年02月21日(金)
朝	御飯(160) とりつくね しろなのからし和え みそ汁(豆腐・えのき) 牛乳	御飯(160) がんもの煮物 小松菜のくるみ和え みそ汁(南瓜・葱) ヨーグルト	御飯(160) ポークビーンズ 春菊のごまよごし みそ汁(おつゆ麩・貝割れ) 乳酸菌飲料	御飯(160) 納豆 ちくわとしろなの煮浸し みそ汁(さつま芋・えのき) 牛乳	御飯(160) 厚揚げの含め煮 ほうれん草の磯和え みそ汁(もやし・大根葉) ジョア	レーズンブレッド オムレツ ケチャップ) 付)ブロッコリー ポテトサラダ コーンスープ 乳酸菌飲料	御飯(160) にしんの梅煮 大根サラダ みそ汁(畑菜・椎茸) 乳酸菌飲料
昼	たぬきそば 具) 肉じゃが キャベツの塩昆布和え いちごゼリー	御飯(160) スペイン風オムレツ 付)ブロッコリー 野菜炒め フルーツ缶(みかん) お吸い物(かまぼこ・三つ葉)	御飯(160) 松風焼き 付)白菜 さつま芋の甘煮 苺パバロア お吸い物(素麺・大根葉)	かにならし寿司 【温】肉団子の甘辛煮 パインゼリー お吸い物(花麩・葱)	御飯(160) たらのマスタード焼き 付)スナップエンドウ かぶの煮物 ぶどうムース みそ汁(小松菜・うずまき麩)	御飯(160) バサのバター醤油焼き 付)玉葱 さつま芋と昆布の煮物 フルーツ缶(白桃) みそ汁(冬瓜・貝割れ)	御飯(160) 海老と厚揚げの塩炒め マカロニサラダ フルーツ缶(バナナ) お吸い物(花麩・葱)
おやつ	ドーナツ	ドームケーキカスタード	セレクトおやつ	バウムクーヘン	ティラミス	カステラ饅頭	いちごムース
夕	御飯(160) さばの塩麹焼き 付)玉葱 ちくわとごぼうの甘辛炒め 白菜のゆかり和え	御飯(160) 豚肉のポン酢炒め かぶの水晶煮 青菜としめじのお浸し	御飯(160) 鮭の柚庵焼き 付)甘酢生姜 ぜんまい煮 ほうれん草の中華和え	御飯(160) たらのねぎみそマヨ焼き 付)なす ひじきの五目煮 キャベツの和え物	御飯(160) ポークチャップ ソーセージといんげんのソテー キャロットラペ	御飯(160) 彩り擬製豆腐 付)小松菜 焼ビーフン カリフラワーの中華和え	御飯(160) ベーコンのキッシュ ソース) 付)甘煮人参 じゃが芋のバター炒め ブロッコリーの和え物
	令和07年02月22日(土)	令和07年02月23日(日)	令和07年02月24日(月)	令和07年02月25日(火)	令和07年02月26日(水)	令和07年02月27日(木)	令和07年02月28日(金)
朝	御飯(160) だし巻卵 付)金時豆 オクラのなめたけ和え みそ汁(じゃが芋・貝割れ) 牛乳	御飯(160) キャベツのコンソメ煮 ブロッコリーのしらす和え みそ汁(卵) ジョア	御飯(160) さつま揚げと里芋の煮物 青梗菜のお浸し みそ汁(白菜・葱) ヨーグルト	御飯(160) ミートボール 付)いんげん カリフラワーサラダ みそ汁(もやし・若布) 牛乳	御飯(160) 肉詰めいなりの煮物 春菊の和え物 みそ汁(小松菜・えのき) 乳酸菌飲料	バターロール いちごジャム スクランブルエッグ ケチャップ) オクラのお浸し コンソメスープ(玉葱・コーン) 牛乳	御飯(160) ちくわの炒め煮 ほうれん草とツナの和え物 みそ汁(うまい菜・油揚げ) ジョア
昼	御飯(160) さばの漬け焼き 付)畑菜 ごぼうの炒り煮 フルーツ缶(洋梨) みそ汁(玉葱・大根葉)	御飯(160) あじのおろし煮 付)花人参・絹さや かぼちゃの煮物 オレンジゼリー みそ汁(かぶ・葱)	御飯(160) 豚肉の生姜焼き 付)キャベツ 切干大根の炒め煮 苺パバロア みそ汁(うずまき麩・若布)	御飯(160) 赤魚のさらさ蒸し 付)野菜あん 里芋の煮物 青りんごゼリー みそ汁(あさり・葱)	御飯(160) 牛肉と野菜のオイスター炒め 春巻き フルーツ缶(マンゴー) 中華スープ(卵)	カレーライス コールスローサラダ 香の物(福神漬) 苺ムース	御飯(160) バサのムニエル タルタルソース) 付)スナップエンドウ ハムともやしの炒め物 フルーツ缶(黄桃) 中華スープ(畑菜・人参)
おやつ	すんだどら焼き	かぼちゃ蒸しパン	おかき のり塩	ロールケーキいちご	味噌饅頭	ようかん	チョコ蒸しパン
夕	御飯(160) 鶏肉の葱塩焼き 付)いんげん 冬瓜のくず煮 オニオンサラダ	御飯(160) 回鍋肉 かに焼売 ほうれん草の帆立和え	御飯(160) バサの山椒煮 付)小松菜 なすとピーマンの炒め物 しろなのおかか和え	御飯(160) フライ盛り合わせ ソース) 付)キャベツ 厚揚げと大根の味噌炒め きゅうりの塩昆布漬け 小松菜のフレンチサラダ	御飯(160) かれいの煮付け 付)しろな・花人参 厚揚げと大根の味噌炒め きゅうりの塩昆布漬け	御飯(160) たらのきのこ蒸し つみれと冬瓜の煮物 白菜のからしマヨ和え	御飯(160) 鶏肉の生姜焼き 付)玉葱 なすの揚げ浸し 小松菜のピーナッツ和え