

## 献立表

現 場：かわかみ荘

献立種類：普通食（個別献立 / A）

期 間：2025/2/1～2025/2/28

	日	月	火	水	木	金	土
							1
朝食							ご飯 かぼちゃのみそ汁 ふりかけ 牛乳
昼食							ご飯 焼肉 風呂吹大根 お浸し
夕食							ご飯 厚揚げのみそ炒め 切干大根とひじきの煮物 もずくの酢の物
3時							ラクーナ飲料 ビスケット
	2	3	4	5	6	7	8
朝食	ご飯 赤だしみそ汁 タイみそ 牛乳	ご飯 みそ汁 海苔の佃煮 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 ふりかけ 牛乳	ご飯 フのみそ汁 ゆずみそ 牛乳	ご飯 味噌汁（豆腐） 梅びしを 牛乳	ご飯 みそ汁 いりこみそ 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 味付け海苔 牛乳
昼食	ホットケーキ コーンスープ スペイン風オムレツ ヨーグルト	巻き寿司 すまし汁 煮大豆 プリン	ご飯 おでん 白和え りんごコンポート	スパゲティーミートソース 小松菜からし和え もも	カレーライス 春雨サラダ ヨーグルト	とろろ芋かけご飯 けんちん汁 魚の天ぷら ゼリー	わかめご飯 八宝菜 なめ茸の和え物 ヨーグルト
夕食	ご飯 しょうが煮 きんぴら キムチ和え	ご飯 しょうが煮 じゃが芋の煮物 春雨の酢物	ひじきご飯 みそ焼 煮合わせ① おろし酢和	ご飯 豆腐の照り焼き 煮浸し（白菜） 酢みそ和	ご飯 炒り鶏 ひじきの煮物 中華酢和え	ご飯 湯豆腐 大根のそぼろ煮 みそマヨ和	ご飯 豆腐のみぞれ煮 おかか煮 かのに酢物
3時	ラクーナ飲料 ポーロ	しょうが湯 ポーロ	コーヒー牛乳 蒸しパン	ヤクルト 駄菓子	ラクーナ飲料 しっとりプチケーキ	コーヒー牛乳 まんじゅう	ラクーナ飲料 カステラ
	9	10	11	12	13	14	15
朝食	ご飯 味噌汁（大根） タイみそ 牛乳	ご飯 わかめのみそ汁 梅びしを 牛乳	ご飯 じゃが芋のみそ汁 ゆずみそ 牛乳	ご飯 みそ汁 海苔の佃煮 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 ふりかけ 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 タイみそ 牛乳	ご飯 フのみそ汁 ふりかけ 牛乳
昼食	サンドイッチ シチュー ヨーグルト和え	ご飯 麻婆豆腐 煮合わせ② カツオ酢和	チキンライス かきたま汁 ポテトサラダ バナナ	ご飯 磯辺揚げ 煮浸し かのに酢物	にゅう麺 かきあげ 杏仁豆腐	さけご飯 豆腐ステーキ かきたま汁 カニサラダ	ご飯 肉団子のケチャップ炒め 水晶昆布の煮物 酢みそ和
夕食	ご飯 梅干し煮 煮合わせ① スパゲティサラダ	ご飯 オムレツ ひじきの煮物 なめ茸の和え物	ご飯 豆腐のかにあんかけ 切干しの煮物 きゅうりの酢の物	ご飯 つつみ煮 おかか煮 ゆかり和	ご飯 しょうが焼 煮大豆 酢みそ和	ご飯 しょうが煮 かぼちゃの煮物 辛子和	カレーライス 錦糸卵の酢物 ヨーグルト
3時	ラクーナ飲料 ウエハース	コーヒー牛乳 駄菓子	プリン	ホットカルピス ケーキ	ラクーナ飲料 ポーロ	ホットカルピス ビスケット	ラクーナ飲料 どら焼き

	16	17	18	19	20	21	22
朝食	ご飯 卵のみそ汁 味付け海苔 牛乳	ご飯 さつまいのみそ汁 ゆずみそ 牛乳	ご飯 みそ汁 ふりかけ 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 海苔の佃煮 牛乳	ご飯 フのみそ汁 梅びしを 牛乳	ご飯 わかめのみそ汁 いりこみそ 牛乳	ご飯 みそ汁 味付け海苔 牛乳
昼食	蒸しパン ポタージュ ポテトサラダ ヨーグルト和え	カツ丼 すまし汁 酢みそ和 ヨーグルト	天プラうどん 切干しの煮物 ゆで卵のサラダ	ご飯 ムニエル 煮浸し ピーナッツ和え	ご飯 八宝菜 煮合わせ② マカロニサラダ	散らし寿司 すまし汁 照り焼き 杏仁フルーツ	ご飯 オムレツ 切干しの煮物 りんごときゅうりのなます
夕食	ご飯 みそ煮 そばろ煮 白和え	ご飯 豆腐のひしおかけ きんぴら たらこ和	ご飯 親子煮 おろし和え ヨーグルト和え	ご飯 ぎせい豆腐 大根のそばろ煮 マカロニサラダ	ご飯 炒り卵のあんかけ ごぼう土佐煮 甘酢和え	ご飯 豆腐のみぞれ煮 野菜のソース炒め きゅうりの酢の物	ご飯 すき焼き風煮 辛子和 バナナ
3時	ラクーナ飲料 駄菓子	ココア まんじゅう	ミルク コーヒー ワッフル	ラクーナ飲料 さつまいもち	ホットカルピス 駄菓子	ミルクティー 駄菓子	ラクーナ飲料 まんじゅう
	23	24	25	26	27	28	
朝食	ご飯 赤だしみそ汁 タイみそ 牛乳	ご飯 わかめのみそ汁 タイみそ 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 海苔の佃煮 牛乳	ご飯 かぼちゃのみそ汁 いりこみそ 牛乳	ご飯 みそ汁 芽株佃煮 牛乳	ご飯 みそ汁 梅びしを 牛乳	
昼食	味付けパン パンプキンスープ 春雨サラダ バナナ	赤飯 すまし汁 ホイル焼 バナナ	ご飯 魚の甘酢あんかけ きんぴら ゆかり和	じゃこごはん 豆腐のみぞれ煮 豚汁 錦糸和	ご飯 南蛮漬 すまし汁 ピーナッツ和え	ご飯 豆腐ハンバーグ 水晶昆布の煮物 春雨の酢物	
夕食	ご飯 梅干し煮 水晶昆布の煮物 ポン酢和え	ご飯 鶏肉ケチャップ煮 切干しの煮物 ポテトサラダ	ご飯 小田巻き蒸し さつまいものそばろ煮 おろし和え	ご飯 肉団子のケチャップ炒め 煮浸し きゅうりと缶詰の酢の物	エビ飯 プレーンオムレツ ひじきの煮物 梅肉和え	ご飯 回鍋肉 うずら豆の煮物 梅肉和え	
3時	ラクーナ飲料 利休まんじゅう	レモンティ どら焼き	コーヒー牛乳 ポーロ	ヤクルト まんじゅう	野菜ジュース ワッフル	レモンティ まんじゅう(手作り)	