

2月献立表

月	火	水	木	金	土
<p>今年の恵方は</p> <p>南南東</p>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> ・さつまいご飯 ・味噌汁 ・鶏肉の味付天ぷら ・五目生酢 ・炊き合わせ <p>576Kcal</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・すまし汁 ・牛肉の柳川風 ・ポテトサラダ ・なべしぎ <p>575Kcal</p>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> ・恵方巻き ・味噌汁 ・魚のウニ風味焼き ・卵ボーロ ・昆布巻き <p>583Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・スープ ・魚のクリームソースかけ ・和風サラダ ・もやし炒め <p>571Kcal</p>	
	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 ・サバの塩焼き ・かぼちゃサラダ ・青菜のあんかけ <p>560Kcal</p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉の梅竜田焼き ・ごま酢和え ・ひじきの煮物 <p>563Kcal</p>	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の南蛮漬け ・ピーナッツ和え ・ナスの香味炒め <p>560Kcal</p>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・薄くず汁 ・煮魚 ・酢味噌和え ・ジャーマンポテト <p>560Kcal</p>	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・スープ ・豚肉の焼き肉 ・春雨サラダ ・切り干し大根煮 <p>578Kcal</p>
<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 ・具入り玉子焼き ・ごぼうサラダ ・イカと大根の煮物 <p>585Kcal</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> ・菜飯 ・味噌汁 ・寄せ鍋風 ・味噌マヨネーズ ・さつまいご <p>580Kcal</p>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 ・肉豆腐 ・おろし酢和え ・煮豆 <p>575Kcal</p>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉の照り焼き ・梅サラダ ・フロッコリーの旨煮 <p>561Kcal</p>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 ・鮭の山路焼き ・胡麻和え ・野菜炒め <p>572Kcal</p>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・野菜の沢煮椀 ・魚のマヨネーズ焼き ・のり和え ・味噌玉子 <p>560Kcal</p>
<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> ・魚貝のカレー ・アボカドサラダ ・みぞれ煮 <p>584Kcal</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> ・しらすチャーハン ・スープ ・マーボー豆腐 ・中華サラダ ・青菜の炒め物 <p>573Kcal</p>	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 ・魚のネギ塩焼き ・根菜サラダ ・こぶ茶煮 <p>573Kcal</p>	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> ・赤飯 ・カニ汁 ・天ぷら ・酢の物 ・含め煮 <p>583Kcal</p>	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・スープ ・チキンソテーのきのこソースかけ ・生姜和え ・ポテトグラタン <p>572Kcal</p>	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・スープ ・ミートローフ ・サラダ ・青菜の煮浸し <p>574Kcal</p>
<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・スープ ・鶏肉の四川風煮 ・中華和え ・シューマイ <p>571Kcal</p>	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 ・鮭の香草焼き ・マカロニサラダ ・南瓜のあんかけ <p>572Kcal</p>				

* 注文の都合により献立を変更することがあります。

いずみの苑 通所介護事業所

