



# 2月の献立



# かわいの家

特別養護老人ホーム

	2月1日 (火)	2月2日 (水)	2月3日 (木)	2月4日 (金)	2月5日 (土)	2月6日 (日)	2月7日 (月)
朝	★食パン(8枚切) 肉団子のコンソメ煮 ゼリー(アセロラ) ジャム(イチゴ & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 かまぼこと野菜の炒め物 ごましそ納豆 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳	御飯 ちくわと大根の炒め煮 モロヘイヤとオクラの生姜和え ふりかけ 味噌汁(わかめ・揚げ) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) プレーンオムレツ マカロニサラダ ジャム(りんご & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 ツナと豆腐の炒め煮 温泉卵 味噌汁(キャベツ) カルシウム牛乳	御飯 いんげんの炒め物 納豆 味噌汁(大根) カルシウム牛乳	御飯 卵焼き 花野菜と豆のごまサラダ 味噌汁(かぶ) カルシウム牛乳
昼	御飯 赤魚の揚げ浸し 豚バラと冬瓜の煮物 春雨サラダ	★にゅうめん 肉団子と野菜の炒め物 ごぼうサラダ	◇◇◇節分◇◇◇ ★巻き寿司・いなり いわしつみれと野菜の煮物 大豆と春菊のからし和え	御飯 麻婆豆腐 青菜とあさり炒め物 ムース(杏仁)	御飯 ほっけの塩焼き なすの田楽 白菜の和え物	御飯 牛肉と卵のトマト炒め 水餃子 チンゲン菜の中華和え	★けんちんそば かき揚げ さつまいもサラダ
夕	御飯 鶏肉のトマト煮 ハムとポテトのカレーソテー フルーツ(黄桃缶) コンソメスープ(青菜・コーン)	御飯 魚バーグ味噌マヨ焼き かぼちゃのそぼろ煮 ひじきサラダ お吸物(とろろ昆布・ねぎ)	御飯 豚肉の生姜焼き あさりと冬瓜の煮物 さつまいもサラダ お吸物(しめじ・青菜)	御飯 白身魚の梅おろしソース 春雨の炒め物 花野菜のごま和え 味噌汁(じゃが芋・揚げ)	御飯 鶏肉の南蛮漬け 炒り豆腐 フルーツ(パイン缶) お吸物(青菜・しめじ)	御飯 あじの山椒焼き れんこんの炒め煮 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 ハムと野菜のソテー フルーツ(みかん缶) コンソメスープ(キャベツ・コーン)
一日合計	エネルギー 1405kcal 蛋白質 58g 食塩 5.3g	エネルギー 1473kcal 蛋白質 55.6g 食塩 8.4g	エネルギー 1475kcal 蛋白質 56.5g 食塩 8.8g	エネルギー 1437kcal 蛋白質 58.6g 食塩 7.7g	エネルギー 1438kcal 蛋白質 63.9g 食塩 6.2g	エネルギー 1504kcal 蛋白質 59.4g 食塩 7g	エネルギー 1592kcal 蛋白質 59.9g 食塩 8.4g

・ ★はユニット炊飯がありません。 都合により献立変更することがあります

# 2月の献立



かわいの家  
特別養護老人ホーム

	2月8日 (火)	2月9日 (水)	2月10日 (木)	2月11日 (金)	2月12日 (土)	2月13日 (日)	2月14日 (月)
朝	★食パン(8枚切) スクランブルエッグ コーンコールスローサラダ ジャム(ママレード & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 さつまいも揚げと野菜の煮浸し おろし納豆 味噌汁(じゃが芋・葉) カルシウム牛乳	御飯 フィッシュソーゼージの炒め物 小松菜のお浸し 味噌汁(わかめ・揚げ) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) ミネストローネ フルーツ(パイン缶) ジャム(あん&マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 ますの塩焼き もやし炒め 味噌汁(さつまいも) カルシウム牛乳	御飯 切干大根の炒め煮 納豆 味噌汁(里芋・青菜) カルシウム牛乳	御飯 目玉焼き 野菜炒め ふりかけ 味噌汁(白菜・ねぎ) カルシウム牛乳
昼	御飯 魚の和風ムニエル そばと里芋のみそ炒め 大根サラダ	御飯 ポークカレー ブロッコリーサラダ ムース(ヨーグルト)	御飯 フライ盛合せ かぶの煮物 フルーツ(パイン缶)	御飯 こんぶと生姜の卵焼き えびと花野菜の炒め物 ほうれん草のごま和え	御飯 鶏肉のコーンマヨ焼き マカロニソテー フルーツ(りんご缶)	御飯 赤魚のバター醤油焼き なすのみそ炒め キャベツのわさび和え	◇冬の洋食屋さんランチ◇ ★バターライス130g かにグラタン レタスサラダ コーヒーゼリー
夕	御飯 八宝菜 もやしのナムル 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 春雨サラダ お吸物(根菜・ねぎ)	御飯 豚肉とピーマンの塩炒め チンゲン菜の旨煮 もやしの和え物 中華スープ(卵・ねぎ)	御飯 さばの香味焼き ごぼうのそばろ炒め ゼリー 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 もやしともずくの和え物 お吸物(麩・豆苗)	御飯 卵とえびの中華炒め 春巻風 チンゲン菜とガーサイの和え物 中華スープ(豆腐・春雨)	御飯 鶏肉の梅ソースかけ ひじきの炒り煮 冷奴 お吸物(青菜・椎茸)
一日合計	エネルギー 1447kcal 蛋白質 59.5g 食塩 6.2g	エネルギー 1542kcal 蛋白質 57.6g 食塩 7.3g	エネルギー 1552kcal 蛋白質 56.1g 食塩 7.4g	エネルギー 1455kcal 蛋白質 56.8g 食塩 6.2g	エネルギー 1466kcal 蛋白質 60.5g 食塩 5.9g	エネルギー 1430kcal 蛋白質 62.7g 食塩 6.9g	エネルギー 1568kcal 蛋白質 66.3g 食塩 7.8g

・ ★はユニット炊飯がありません。都合により献立変更することがあります



# 2月の献立



# かわいの家

特別養護老人ホーム

	2月15日 (火)	2月16日 (水)	2月17日 (木)	2月18日 (金)	2月19日 (土)	2月20日 (日)	2月21日 (月)
朝	★食パン(8枚切) ウインナーと野菜のソテー ゼリー(レモン) ジャム(ピーナッツ) カルシウム牛乳	御飯 ハムともやしの炒め物 梅納豆 味噌汁(大根) カルシウム牛乳	御飯 卵とじ オクラの湯葉和え ふりかけ 味噌汁(さつまいも) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) クラムチャウダー フルーツ(みかん缶) ジャム(ブルーベリー&マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 豆腐と野菜の旨煮 とろろ芋 味噌汁(もやし・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 かまぼこと野菜の炒め物 納豆 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳	御飯 ツナと豆腐の炒め煮 温泉卵 味噌汁(白菜・さや) カルシウム牛乳
昼	★チャーハン 鶏肉のピリ辛炒め 豆腐サラダ	御飯 白身魚のクリームソースかけ マカロニとピーマンのソテー 花野菜のサラダ	御飯 煮込みハンバーグ 青菜とコーンのソテー グリーンサラダ	御飯 ぶりの塩麹焼き 湯豆腐 ごぼうのごま和え	◆◆愛知御膳◆◆ ★菜飯  味噌かつ 春雨と白菜の炒め物 フルーチェ	御飯 白身魚のタルタル焼き ポテトとあさりのトマト煮 イタリアンサラダ	御飯 キーマカレー カリフラワーサラダ ゼリー(青りんご)
夕	御飯 オムレツ ミートソースかけ ほうれん草のソテー ツナサラダ コンソメスープ(ポテト・葉)	御飯 豚肉の甘酢炒め 焼きビーフン フルーツヨーグルト 中華スープ(白菜・コーン)	御飯 あじのねぎ塩焼き 肉じゃが キャベツの昆布和え お吸物(素麺・錦糸卵)	御飯 回鍋肉(ホイコーロー) 水餃子 チンゲン菜の和え物 お吸物(麩・ねぎ)	御飯 たらの香り蒸し さつまいもの甘辛煮 大根サラダ お吸物(里芋・しめじ)	御飯 鶏肉の照焼き 里芋の田楽 ひじきサラダ 味噌汁(玉葱・葉)	御飯 さわらのガーリックソテー 鶏ごぼう炒め 小松菜のわさび和え お吸物(豆腐・ねぎ)
一日合計	1422kcal 64.9g 6.8g	1546kcal 64g 6.2g	1466kcal 55.7g 6.9g	1538kcal 62.4g 6.7g	1483kcal 56.2g 7g	1471kcal 62.9g 6.9g	1575kcal 69.4g 7.6g

★はユニット炊飯がありません。都合により献立変更することがあります



# 2月の献立



# かわいの家

特別養護老人ホーム

	2月22日 (火)	2月23日 (水)	2月24日 (木)	2月25日 (金)	2月26日 (土)	2月27日 (日)	2月28日 (月)
朝	★食パン(8枚切) プレーンオムレツ 野菜のコンソメ煮 ジャム(イチゴ & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 ささみと野菜の煮浸し おかか納豆 味噌汁(じゃが芋・しめじ) カルシウム牛乳	御飯 ちくわと大根の炒め煮 モロヘイヤとオクラの生姜和え ふりかけ 味噌汁(わかめ・揚げ) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) 肉団子のコンソメ煮 パンキンサラダ ジャム(りんご & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 かに風味卵焼き ひじき煮 味噌汁(青菜・椎茸) カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げと野菜の煮浸し 納豆 味噌汁(大根) カルシウム牛乳	御飯 フィッシュソーゼージの炒め物 小松菜のお浸し 味噌汁(わかめ・揚げ) カルシウム牛乳
昼	御飯 ほきの野菜あんかけ 焼きビーフン チンゲン菜の中華和え	★味噌ラーメン えび焼売 フルーツ(みかん缶)	御飯 白身魚の南蛮酢 いんげんのそぼろ炒め もやしの青じそ和え	★生姜御飯 厚揚げと野菜の旨煮 青菜の炒め物 ささみとひじきの和え物	御飯 さばのみそ煮 卵とじ 白菜の和え物	御飯 鶏肉の竜田揚げ なすの煮浸し フルーツゼリー	★スパゲティミートソース コロッケ いんげんのサラダ
夕	御飯 豚肉のおろしポン酢 なすの生姜和え フルーツ(みかん缶) 味噌汁(わかめ・椎茸)	御飯 かに玉 肉焼売 春雨サラダ 中華スープ(もやし・青菜)	御飯 鶏肉のチーズ焼き 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)	御飯 あじの塩焼き 肉じゃが いんげんの白和え 味噌汁(玉葱・揚げ)	御飯 豚肉のママレード焼き 大根サラダ フルーツ(パイン缶) コンソメスープ(キャベツ・えのき)	御飯 まぐろの梅肉焼き かぼちゃの白煮 ごぼうサラダ 味噌汁(青菜・ねぎ)	御飯 豆腐ハンバーグ ツナと里芋のみそ炒め 切干大根のごま酢和え お吸物(麩・ねぎ)
一日合計	1430kcal 56.3g 6.2g	1450kcal 58.6g 7.6g	1450kcal 59.7g 6.5g	1506kcal 60.1g 7.7g	1603kcal 66.5g 7g	1526kcal 60.3g 6.9g	1582kcal 60.9g 7.6g

・ ★はユニット炊飯がありません。都合により献立変更することがあります