

今月の献立表

【デイサービス】2021年2月

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
昼食	赤飯 牛肉と卵の炒め物 しらすの酢の物 すまし汁（春菊） じゃが芋のコンソメ煮 サーモンマリネ 洋なし	節分 節分混ぜご飯 豆腐しんじょうの海老あんかけ いわしのつみれ汁 菜の花の辛子和え 鶏の甘酢煮 いちご	ご飯 鶏のタルタル焼 添え（ブロッコリー） キャベツのナッツサラダ さつま汁 法連草のもろみ和え こんにゃくの炒り煮 果物（びわ）	ご飯 豚肉の胡麻炒め ドレッシングサラダ ねぎのスープ じゃが芋のたらこ和え ハムのソテー リンゴの赤ワイン煮	ご飯 魚のフライ 添え（キャベツ） ピーナッツサラダ 呉汁 ほうれん草の辛子マヨ和え 茄子のトマト煮 黄桃	ご飯 魚のオイスターマヨ焼 添え（じゃが芋） キャベツのクルミ和え おろし汁 ピーマンのごましょうゆ和え さつまいも団子 洋なし
	8	9	10	11	12	13
昼食	ご飯 豚肉ときこの生姜炒め ドレッシングサラダ ポテトスープ チンゲン菜のかき油炒め 人参の煮物 果物（黄桃）	ご飯 焼き魚の野菜あんかけ ポテトサラダ かきたまスープ りんごのはちみつ煮 オクラの柚子風味和え 南瓜のクリーム煮	牛めし ベーコンときこの豆乳茶碗蒸 白菜の味噌汁 南瓜のじゃこ煮 ゆず大根 キウイ	ご飯 おでん ほうれん草の胡麻和え 根菜味噌汁 エビのオーロラソース和え 大根サラダ ぼんかん	ご飯 コロッケ 添え（サラダ菜、トマト） 変わり胡麻和え ねぎと豆腐のスープ じゃが芋のケチャップ炒め 白菜のたくた煮 バナナ	車麩の卵とじ丼 ほうれん草の梅和え じゃが芋の味噌汁 ベーコンのにんにく炒め 魚の天ぷら キウイ
	15	16	17	18	19	20
昼食	きびご飯 魚のピリ辛焼き 添え（はじかみ） 山芋の酢の物 具だくさん味噌汁 豆腐のねぎ味噌焼き キャベツの海苔和え 果物（ぶどう）	ご飯 ポークビーンズ ほうれん草のお浸し 南瓜のポタージュ 大根の酢の物 豆腐のかにあんかけ キウイ	ご飯 魚の香味焼 添え（かぶ、椎茸） ブロッコリーのカレーサラダ 鶏汁 おくらのごま和え さつま芋のケチャップ煮 果物（マンゴー）	おにぎり みぞれそば ツナサラダ カラフルオムレツ キャベツのナムル 果物（みかん）	ご飯 豚肉の甘酢炒め 中華和え 春雨汁 小松菜のバター醤油和え 南瓜のはちみつレモン煮 白桃	ひき肉と大豆のカレー 法連草のサラダ 野菜ジュース ささみの梅和え ピーマンのもろみ和え マンゴー
	22	23	24	25	26	27
昼食	ご飯 魚のタルタル焼 添え（ブロッコリー） キャベツのチーズサラダ オニオンミルクスープ 南瓜のカレー煮 ブロッコリーのかき油炒め ぼんかん	手作りパンの日 ねぎパン キャラメルバナナパン ポトフ ドレッシングサラダ 錦糸卵のえびしんじょう 煮豆 バナナ	ご飯 揚げ鶏のオーロラソース 添え（レタス） オクラともすくの酢の物 根菜味噌汁 高野豆腐の煮物 ブロッコリーのレモン和え 黄桃	デイカレー作り チキンカレー キャベツサラダ ラッシー 	ご飯 魚のごま照り焼き 添え（ピーマン） 干草和え すまし汁（筍ゆば） れんこんの辛子マヨ和え 南瓜のごま煮 果物（ぼんかん）	黒豆ご飯 豚肉の生姜炒め もやしのナムル 豆苗のスープ いんげんのピーナッツバター和え 明太子スパゲッティ 洋なし

皆さん、こんにちは。

朝晩の気温差や、天候の変化により、体調など崩していませんか？
毎年、節分というと2月3日ですが、今年は2日になっています。なんと、124年ぶりの事だそうです。恵方巻は召し上がる予定ですか？
今年の恵方は『南南東』です。今年も1年、無病息災で過ごしていきたいですね。

さて、今月はデイサービスでは、お昼にカレー作りをする予定です。
コロナ禍で外出が出来ない分、衛生面に気を付けながら室内でのレクリエーションを
思う存分楽しんでいただきたいと思います。

※都合により、献立は変更する場合がございます。 ※赤字はおすすめメニューです。

