

デイサービスメロディ 令和4年2月 献立表

		ごはん食	エネルギー	めん食	エネルギー	おやつ	エネルギー
1	火	カレー ホタテ風味フライ 花野菜サラダ 福神漬け フルーツ(もも缶)	628	味噌煮込み風うどん ホタテ風味フライ 花野菜サラダ ご飯(小) フルーツ(もも缶)	535	盛り合わせ	
2	水	鶏肉のカーリック炒め 冬瓜の生姜あんかけ 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物	511	五目ぎしめん 冬瓜の生姜あんかけ 白菜の塩昆布和え ご飯(小) 漬物	475	栗のパウンドケーキ	82
3	木	さばの塩麹焼き 里芋の煮つころがし ほうれん草の和え物 豆ご飯 味噌汁 漬物	508	けんちんそば 里芋の煮つころがし ほうれん草の和え物 豆ご飯(小) 漬物	570	黒豆ようかん	106
4	金	さわらの梅煮 れんこんきんぴら 菜の花のお浸し ご飯 味噌汁 フルーツ(マンゴー缶)	512	かき揚げうどん れんこんきんぴら 菜の花のお浸し ご飯(小) フルーツ(マンゴー缶)	538	チョコチップバナナの 焼菓子	76
5	土	鶏肉の唐揚げ 香味ソースかけ 高野豆腐の煮物 オニオンサラダ ご飯 中華スープ 漬物	560	どんこつラーメン 高野豆腐の煮物 オニオンサラダ ご飯(小) 漬物	498	黒糖まんじゅう	
6	日						
7	月	あじの蒲焼き さつまいもの煮物 卵豆腐 菜飯 味噌汁 漬物	558	鶏南蛮そば さつまいもの煮物 卵豆腐 菜飯(小) 漬物	607	バームクーヘン	91
8	火	鶏肉のトマト味噌かけ フロッキーの洋風煮 ポテトサラダ ご飯 コンソメスープ 漬物	531	カレーうどん フロッキーの洋風煮 ポテトサラダ ご飯(小) 漬物	572	かぼちゃようかん	103
9	水	メンチカツ かぼちゃのおかか煮 大根サラダ ご飯 味噌汁 漬物	569	焼きそば かぼちゃのおかか煮 大根サラダ ご飯(小) 漬物	507	レモンケーキ	65
10	木	たらの味噌漬け焼き 鶏レバーの甘辛煮 ひじきの日と和え ご飯 すまし汁 フルーツ(生オレンジ)	501	たぬきそば 鶏レバーの甘辛煮 ひじきの日と和え ご飯(小) フルーツ(生オレンジ)	571	ほうじ茶プリン	74
11	金	鶏肉の甘酢炒め さつまいもの煮物 もやしと豆苗のサラダ ご飯 味噌汁 漬物	525	ぎつねぎしめん さつまいもの煮物 もやしと豆苗のサラダ ご飯(小) 漬物	464	祝・紅まんじゅう	108
12	土	ハンバーグ きのこの和風バター煮 菜の花の和え物 ご飯 コンソメスープ 漬物	624	月ぎしめん きのこの和風バター煮 菜の花の和え物 ご飯(小) 漬物	564	プレーンロールケーキ	142
13	日						
14	月	エビフライ ミニコロケ コールスローサラダ ご飯 コンソメスープ フルーツ(パイン缶)	572	ミートソーススパゲティ ミニコロケ コールスローサラダ ご飯(小) 汁物 フルーツ(パイン缶)	564	ショコラプリン	59
15	火	麻婆豆腐 カリフラワーのサラダ せんまいの炒め物 ご飯 中華スープ 漬物	524	ほうとう風うどん カリフラワーのサラダ せんまいの炒め物 ご飯(小) 漬物	500	もみじまんじゅう	107

デイサービスメロディ 令和4年 2月 献立表

		ごはん食 エネルギー	めん食 エネルギー	おやつ	エネルギー
16	水	赤魚の煮付け ほうれん草の卵とし とろろ ご飯 豚汁 漬物 514	カレーうどん ほうれん草の卵とし とろろ ご飯(小) 漬物 530	苺ようかん 124	
17	木	すき焼き風煮 人参しりしり 小松菜のなめ耳和え ご飯 味噌汁 漬物 582	焼きそば 人参しりしり 小松菜のなめ耳和え ご飯(小) 汁物 漬物 501	よもぎまんじゅう 109	
18	金	クリームチュー キャベツのカレー炒め 海藻サラダ ご飯 フルーツ(もも缶) 586	あんかけぎしめん キャベツのカレー炒め 海藻サラダ ご飯(小) フルーツ(もも缶) 509	はちみつマドレーヌ 124	
19	土	ぶりの照り焼き 卵の花 わかめの酢の物 生姜の炊き込みご飯 味噌汁 漬物 557	肉そば 卵の花 わかめの酢の物 生姜の炊き込みご飯(小) 漬物 564	パームクーヘン (チョコ) 90	
20	日				
21	月	親子丼 かんもの煮物 白菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 611	しょうゆラーメン かんもの煮物 白菜のお浸し ご飯(小) 漬物 498	チーズとはちみつの パウンドケーキ 92	
22	火	たらのムニエル タルタルソース きのこの洋風煮 カリフラワーのマリネ ご飯 トマトと卵の生姜スープ フルーツ(みかん缶) 549	鶏南蛮ぎしめん きのこの洋風煮 カリフラワーのマリネ ご飯(小) フルーツ(みかん缶) 575	苺のミルクプリン 52	
23	水	豚肉のフルコキ 竹輪とインゲンの和え物 切十大根の煮物 ご飯 中華スープ フルーツ(パイン缶) 585	ぎつねうどん 竹輪とインゲンの和え物 切十大根の煮物 ご飯(小) フルーツ(パイン缶) 517	祝・紅まんじゅう 108	
24	木	揚げ豆腐のおろしあんかけ シュウマイ フロッキーのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 574	とろろうどん シュウマイ フロッキーのサラダ ご飯(小) 漬物 537	モカロールケーキ 138	
25	金	さばの味噌煮 かほちやのそぼろあん ほうれん草のごま和え ご飯 すまし汁 漬物 521	たぬきそば かほちやのそぼろあん ほうれん草のごま和え ご飯(小) 漬物 534	オレンジゼリー 92	
26	土	鶏肉の幽庵焼き じゃが芋の煮物 玉ねぎのポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物 550	ナポリダンスハゲティ じゃが芋の煮物 玉ねぎのポン酢和え 汁物 漬物 558	紫芋ようかん 92	
27	日				
28	月	豚肉と大根の甘辛煮 さつま揚げの炒め物 ごぼうのサラダ ご飯 味噌汁 フルーツ(生オレンジ) 585	ほうとう風ぎしめん さつま揚げの炒め物 ごぼうのサラダ ご飯(小) フルーツ(生オレンジ) 535	田舎まんじゅう 92	

