献　立　一　覧　表

事業所名	美熊野福祉会
施設名	杉の郷
食種名	常食

	2月 1日（水曜日）	2月 2日（木曜日）	2月 3日（金曜日）	2月 4日（土曜日）	2月 5日（日曜日）	2月 6日（月曜日）	2月 7日（火曜日）
朝	御飯 みそ汁 じゃが芋鶏そぼろ煮（朝） ふりかけ しそ昆布	パン 牛乳 チーズサラダ ジャム	パン コーヒー くだもの ジャム	御飯 みそ汁 うの花煮 ふりかけ たくあん漬物	菓子パン フルーツミルク ヨーグルト	パン 牛乳 ハムサラダ ジャム	パン コーヒ牛乳 プレーンオムレツ ジャム
昼	ツナとなめたけの炊き込みご飯 焼き魚 ほうれん草と春菊のごま和え 赤だし	御飯 鶏のカレー風味唐揚げ レタスと温泉玉子のシーザーサラ きんぴら みそ汁	恵方巻き 分葱のぬた和え タラの担々スープ 節分玉子ぼーろ	御飯 チキンピカタ 切干大根のピリ辛サラダ 胡瓜とわかめのキムチ和え みそ汁	御飯 魚の生姜焼き 野菜炒め こんにゃくの土佐煮 豚汁	御飯 きつねうどん しらすと大根卸し 湯豆腐 ヨーグルト	野菜カレー 大根サラダ あんみつ
間							オレンジジュース
夕	御飯 鶏肉のマリネ ひじきとツナの甘辛煮 水菜と油あげの煮びたし	御飯 魚のみそ煮 がんもどきの野菜あん コーン和え	御飯 豚肉とトマトのオイスター炒め チンゲン菜のかにあん 金時豆煮	御飯 魚のあんかけ じゃがいものそぼろ煮 キャベツの胡麻和え	牛丼 白菜の胡麻和え 温泉卵 みそ汁	御飯 レバーのすき焼き風 胡瓜の梅味噌和え 人参のマスタード和え	御飯 ブロッコリーの豚ケチャップ和え ひじきとツナの甘辛煮 もやしと小松菜のピリ辛和え

	2月 8日（水曜日）	2月 9日（木曜日）	2月10日（金曜日）	2月11日（土曜日）	2月12日（日曜日）	2月13日（月曜日）	2月14日（火曜日）
朝	御飯 みそ汁 鶏肉きんぴら ふりかけ ナスしば漬け	パン 牛乳 チーズサラダ ジャム	パン コーヒー くだもの ジャム	御飯 みそ汁 じゃが芋鶏そぼろ煮（朝） ふりかけ 漬　物	菓子パン 野菜と果物ジュース(紫) ヨーグルト	パン 牛乳 ハムサラダ リンゴジャム	パン コーヒ牛乳 ツナサラダ ジャム
昼	御飯 ひじきハンバーグ 豆腐のカリカリじゃこサラダ きんぴら 赤だし	御飯 キスのフライ タルタルソース たこの酢の物 小松菜と竹輪のソテー かきたま汁	御飯 なすのはさみ焼き さつま芋サラダ 春雨と胡瓜の酢物 みそ汁	御飯 魚のホイル焼き ほうれん草とベーコンの油炒め 卵豆腐 けんちん汁	御飯 豚肉の甘辛炒め かぼちゃの小倉煮 ほうれん草の胡麻和え 大根と麩の味噌汁	御飯 魚のてり焼き マカロニサラダ 水菜と油あげの煮びたし みそ汁	ﾐｯｸｽﾍﾞｼﾞﾀﾌﾞﾙﾋﾟﾗﾌ チキンカツ チョコレートケーキ コーンスープ
間							オレンジジュース
夕	御飯 鯖のサラダ仕立て えのき茸のﾍﾞｰｺﾝ炒め 五目煮豆	御飯 鶏肉のパン粉焼き 大根と鶏肉の味噌煮 塩こんぶの和え物	御飯 煮魚 もやしとハムの辛子醤油和え 小松菜と油あげの玉子とじ	御飯 マーボーなす シュウマイ 長芋のわさび和え	ハヤシライス シーチキンのドレッシング和え くだもの	御飯 カレー風味レバーソテー 里芋の味噌煮 ほうれん草のお浸し	御飯 煮魚 野菜炒め 五目煮豆

	2月15日（水曜日）	2月16日（木曜日）	2月17日（金曜日）	2月18日（土曜日）	2月19日（日曜日）	2月20日（月曜日）	2月21日（火曜日）
朝	御飯 みそ汁 切干し大根煮 しそ昆布 ナスしば漬け	パン 牛乳 チーズサラダ ジャム	パン コーヒー くだもの ジャム	御飯 みそ汁 じゃが芋鶏そぼろ煮（朝） ふりかけ たくあん漬物	菓子パン 野菜と果物ジュース（橙） ヨーグルト	パン 牛乳 ハムサラダ ジャム	パン コーヒ牛乳 ポテトサラダ（朝食用） ジャム
昼	御飯 おでん 湯豆腐 たこの酢の物 みそ汁	御飯 豚肉のしょうが焼き じゃが芋のわさびサラダ イカとオクラの納豆和え 大根と麩の味噌汁	御飯 ラーメン（醤油味） 青梗菜とえびの炒め物 オレンジ寒天	御飯 クリームシチュー 海草サラダ 塩こんぶ炒め くだもの	御飯 魚のきのこソースかけ レタスとじゃこのポン酢サラダ かぼちゃの煮物 みそ汁	御飯 鶏肉のレモン揚げ レタスと温泉玉子のシーザーサラ きんぴら けんちん汁	セレクトメニュー ビビンパ丼 ロコモコ丼 安納芋プリン ワカメスープ
間							オレンジジュース
夕	御飯 ささみのくずたたき 大根とツナの煮物 ほうれん草と春菊のごま和え	御飯 魚の梅煮 かぶらのかにあんかけ 小松菜のピーナッツ和え	御飯 魚の甘酢あんかけ 肉じゃが（小鉢） 油揚とネギのピリ辛味噌炒め	御飯 お刺身 ほうれん草とベーコンの油炒め 白和え豆腐	他人丼 ほうれん草の胡麻和え たくあん漬物 すまし汁	御飯 魚のムニエル 厚揚げのピリ辛炒め ブロッコリーサラダ	御飯 豚肉の甘辛炒め 小松菜と油揚げの煮びたし 卵豆腐

	2月22日（水曜日）	2月23日（木曜日）	2月24日（金曜日）	2月25日（土曜日）	2月26日（日曜日）	2月27日（月曜日）	2月28日（火曜日）
朝	御飯 みそ汁 ひじきの煮物 ふりかけ 漬　物	パン 牛乳 チーズサラダ はちみつ	パン コーヒー くだもの ジャム	御飯 みそ汁 野菜白和え（朝） ふりかけ たくあん漬物	菓子パン りんごストレートジュース ヨーグルト	パン 牛乳 ハムサラダ ジャム	パン コーヒ牛乳 ツナサラダ ジャム
昼	御飯 ブリ大根 ほうれん草とツナのサラダ くらげの酢の物 みそ汁	梅風味の菜飯 焼き魚 大根の味噌田楽 みそ汁	御飯 豆腐入りハンバーグ 粉吹芋 青梗菜の生姜醤油和え みそ汁	御飯 ぶりのピリ辛照り焼き 玉子きんちゃく煮物 胡瓜の梅味噌和え みそ汁	御飯 ポークチャップ かぼちゃの煮物 チンゲンサイの粒マスタード和え みそ汁	御飯 豚肉の立田揚げ ジャーマンサラダ 胡瓜とわかめの酢物 みそ汁	御飯 カレー焼きそば ブロッコリーサラダ リンゴの甘煮
間							オレンジジュース
夕	御飯 茹で鶏と胡瓜のごま風味 ニラともやしの炒め物 金時豆煮	御飯 ささみのくずたたき 小松菜と油あげの玉子とじ ひじきの煮物	御飯 鮭のちゃんちゃん焼き 鶏レバーの甘辛煮 白菜と春菊の胡麻和え	御飯 鶏肉のパン粉焼き 切干し大根煮 ほうれん草と春菊のごま和え	三色丼 ひじきの酢味噌和え すまし汁 チョコウエハース	御飯 魚の酢豚風 しいたけと鶏肉のさっぱり照り煮 水菜と油あげの煮びたし	御飯 すき焼き風煮 青梗菜の梅昆布和え 温泉卵