

週間献立表



老健カントリーハーベスト北本

2月28日(日) ~ 3月5日(土)

	2月28日(日)	2月29日(月)	3月1日(火)	3月2日(水)	3月3日(木)	3月4日(金)	3月5日(土)
朝食	A定食 米飯 味噌汁(大根・絹さや) はんぺんの煮物 青梗菜の和え物 梅びしお	A定食 米飯 味噌汁(じゃが芋・しめじ) 豆腐のくず煮 大根の柚子和え 桜でんぶ	A定食 米飯 味噌汁(茄子・葱) ウインナーソーテー しらす和え ふりかけ	A定食 米飯 味噌汁(なめこ・インゲン) 竹輪の煮物 白菜のゆかり和え あみ佃煮	A定食 キャロット食パン レーズンパン コンソメスープ オムレツ 黄桃缶	A定食 米飯 味噌汁(かぶ・かぶ葉) がんもの煮物 青菜のお浸し のり佃煮	A定食 米飯 味噌汁(ほうれん草・人参) ツナと野菜の炒め煮 二色和え ふりかけ
	B定食 黒糖食パン キャロットロール オレンジジュース はんぺんの煮物 青梗菜の和え物	B定食 食パン いちごジャム コンソメスープ 豆腐のくず煮 大根の柚子和え	B定食 レーズン食パン 黒糖ロール りんごジュース ウインナーソーテー しらす和え	B定食 食パン ブルーベリージャム 野菜ミックスジュース 竹輪の煮物 白菜のゆかり和え	B定食 キャロット食パン レーズンパン コンソメスープ オムレツ 黄桃缶	B定食 食パン いちごジャム コンソメスープ がんもの煮物 青菜のお浸し	B定食 レーズン食パン バターロール グレープジュース ツナと野菜の炒め煮 二色和え
昼食	米飯 清まし汁(インゲン・油揚げ) 鶏肉の韓国風焼き ポテのバター醤油炒め おかかマヨ	かき揚げ丼 味噌汁(生揚げ・葱) えびと野菜の炒め ほうれん草のごま浸し	米飯 味噌汁(白菜・人参) 鮭の塩焼き 五目巾着の煮物 もやしと蒸し鶏のピリ辛和え	米飯 コーンかき玉スープ 回鍋肉 大根のスープ煮 伴三糸	散らし寿司 うずらと海老のおすまし 筍と鶏の若竹煮 菜の花のお浸し いちご	やきそば きのこスープ 海藻サラダ フルーチェ	米飯 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) 鶏のから揚げ さつま芋の甘煮 漬物
おやつ	プリンシュークリーム 牛乳	黒糖ケーキ 紅茶	カステラ 牛乳	どら焼き ヤクルト	ひなあられ 牛乳	チョコプリン 紅茶	かっぱえびせん 牛乳
夕食	米飯 味噌汁(わかめ・人参) 五目卵焼き かぶかニあんかけ 白桃缶	米飯 味噌汁(花麩・豆腐) 豚しゃぶのゴマダレかけ 蓮根の煮物 うぐいす豆	米飯 味噌汁(さつま芋・玉ねぎ) 肉団子と白菜の煮込み 青菜炒め きのこの酢の物	米飯 味噌汁(キャベツ・絹さや) 魚の照焼き ごぼうそぼろ炒め なめ茸和え	米飯 味噌汁(大根・油揚げ) 豆腐の野菜あん 茄子の香味炒め カリフラワーとツナのサラダ	米飯 オニオンスープ 鶏肉のトマト煮 アスパラソーテー 大根サラダ	麦ご飯 味噌汁(花麩・かいわれ) 白身魚のカニあんかけ 五目煮 とろろ芋

御食事について何か御不明な点や御意見等がございましたら、施設栄養士まで御連絡ください。