

週間献立表



老健カントリーハーベスト北本

2月21日(日) ~ 2月27日(土)

	2月21日(日)	2月22日(月)	2月23日(火)	2月24日(水)	2月25日(木)	2月26日(金)	2月27日(土)
朝食	A定食 米飯 味噌汁(大根・葉だいこん) ひき割り納豆 小松菜と油揚げの煮浸し 柚子みそ	A定食 米飯 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ) 野菜入りスクランブル なめ茸おろし 桜でんぶ	A定食 米飯 味噌汁(しめじ・絹さや) 笹かまと野菜の炒め物 わさび和え Caふりかけ たらこ	A定食 米飯 味噌汁(里芋・葱) 大豆とひじきの煮物 キャベツのかか和え あみ佃煮	A定食 レーズン食パン バターロール コンソメスープ マカロニサラダ フルーツカクテル	A定食 米飯 味噌汁(南瓜・玉ねぎ) さつま揚げと白菜の煮物 青しそ和え たいみそ	A定食 米飯 味噌汁(かぶ・かぶ葉) 厚揚げの煮物 ドレッシング和え Caふりかけ のりかつお
	B定食 レーズン食パン 黒糖ロール オレンジジュース ミネストローネ風 小松菜と油揚げの煮浸し	B定食 食パン ブルーベリージャム コンソメスープ 野菜入りスクランブル なめ茸おろし	B定食 キャロット食パン レーズンパン りんごジュース 笹かまと野菜の炒め物 わさび和え	B定食 食パン いちごジャム 野菜ミックスジュース 大豆とひじきの煮物 キャベツのかか和え	B定食 レーズン食パン バターロール コンソメスープ マカロニサラダ フルーツカクテル	B定食 食パン いちごジャム コンソメスープ さつま揚げと白菜の煮物 青しそ和え	B定食 胚芽食パン コーヒーロール グレープジュース 厚揚げの煮物 ドレッシング和え
昼食	米飯 味噌汁(わかめ・インゲン) 厚揚げと豚肉の炒め物 切干大根の煮物 アスパラサラダ	肉南蛮うどん いももち 蒲鉾の生姜風味和え ヨーグルト	米飯 味噌汁(豆腐・葱) カレーのオーロラソース焼き 竹輪の煮物 梅和え	米飯 清まし汁(とろろ昆布・かいわれ) 鶏肉の生姜焼き 海老の大根あん オクラと枝豆の酢の物	チキンカレー マッシュルームスープ ほうれん草のソテー シーザーサラダ	赤かぶ青菜ごはん 豚汁 赤魚の粕漬け焼き 田舎煮 菜の花のきな粉風味ゴマ和え	米飯 味噌汁(豆腐・葉だいこん) はんぺんチーズフライ カニカマ炒め 甘夏缶
	梅ゼリー ヤクルト	バームクーヘン 紅茶	芋ようかん 牛乳	スティックドーナツ 牛乳	せんべい 麦茶	お誕生日ケーキ 紅茶	プリン 牛乳
夕食	米飯 ベーコンソテー 鯖のカレームニエル さつま芋の甘煮 人参のごま和え	米飯 清まし汁(花麩・みつば) 鮭のチャンチャン焼き 鶏肉とかぶの煮物 煮豆	米飯 コンソメスープ ロールキャベツ クリーム煮 マカロニソテー 洋梨缶	米飯 味噌汁(さつま芋・油揚げ) 豆腐のきのこあん いわし団子のポン酢煮 のり和え	米飯 味噌汁(大根・葉だいこん) 豚肉の柳川風 アスパラとイカの塩炒め マスタート和え	米飯 味噌汁(キャベツ・花麩) 豆腐ハンバーグ 茄子の炒め煮 酢醤油和え	米飯 味噌汁(なめこ・葱) さんまの塩焼き ゴボウコンニャクの炒り煮 鶏肉と絹さやの和え物

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。