

週間献立表



老健カントリーハーベスト北本

2月26日(日) ~ 3月4日(土)

	2月26日(日)	2月27日(月)	2月28日(火)	3月1日(水)	3月2日(木)	3月3日(金)	3月4日(土)
朝食	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 梅びしお	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 たいみそ	A定食 米飯 味噌汁(大根・絹さや) はんぺんの煮物 二色和え Caふりかけ のりかつお	A定食 米飯 味噌汁(さつま芋・えのき) 豆腐のくず煮 柚子和え あみ佃煮	A定食 レーズン食パン 黒糖ロール コンソメスープ ウイナーソーテー 洋梨缶	A定食 米飯 味噌汁(人参・油揚げ) ちくわと小松菜の炒め 白菜のゆかり和え ふりかけ さけ	A定食 米飯 味噌汁(茄子・ネギ) オムレツ しらす和え 柚子みそ
	B定食 食パン ブルーベリージャム オレンジジュース さつま揚げと白菜の煮物 青しそ和え	B定食 食パン りんごジャム コンソメスープ 厚揚げの煮物 ドレッシング和え	B定食 食パン マーマレードジャム りんごジュース はんぺんの煮物 二色和え	B定食 食パン いちごジャム 野菜ミックスジュース 豆腐のくず煮 柚子和え	B定食 レーズン食パン 黒糖ロール コンソメスープ ウイナーソーテー 洋梨缶	B定食 食パン ブルーベリージャム コンソメスープ ちくわと小松菜の炒め 白菜のゆかり和え	B定食 食パン りんごジャム グレープジュース オムレツ しらす和え
昼食	米飯 清まし汁(インゲン・油揚げ) 鶏肉と青菜の卵炒め ポテトのコンソメ煮 おかかマヨ和え	肉南蛮そば いももち ほうれん草のごま浸し フルーチェ	米飯 味噌汁(白菜・人参) 鮭の煮付け 豚肉と大根の角煮 漬物	オムライス 野菜スープ カニカマ炒め 千切り野菜サラダ	米飯 清まし汁(豆腐・みつば) 鯖の味噌煮 田舎煮 甘酢和え	散らしすし のっぺい汁 筍と鶏の若竹煮 菜の花の辛子マヨ和え いちご	米飯 春雨スープ 回鍋肉 大根のスープ煮 伴三糸
おやつ	オレンジケーキ 牛乳	せんべい 麦茶	小倉あんパイ 牛乳	紅茶ケーキ 紅茶	ミルク&キャラメルバウム 牛乳	ひなあられ ドリンクバー	チョコプリン 紅茶
夕食	米飯 味噌汁(キャベツ・麩) 豆腐ハンバーグ 茄子の炒め煮 酢醤油和え	米飯 味噌汁(しめじ・ネギ) 五目卵焼き ゴボウコンニャクの炒り煮 鶏肉と絹さやの和え物	米飯 味噌汁(わかめ・油揚げ) 海鮮団子のトマト煮 春雨の炒め物 ぶどう缶	米飯 味噌汁(大根・葉だいこん) 豚しゃぶのゴマダレかけ 蓮根の煮物 白いんげんの甘煮	米飯 味噌汁(もやし・葉だいこん) 肉団子と白菜の煮込み 青菜炒め きのこのお浸し	米飯 味噌汁(キャベツ・麩) 魚の照焼き かぶのかにあんかけ 胡瓜ともやしのピリ辛和え	米飯 味噌汁(大根・絹さや) 豆腐の野菜あん にんにくの芽の炒め物 カリフラワーとツナのサラダ

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。