



2月 献立一覧表

2025年2月 [高山ちどり]

						1(土)	2(日)
朝 食						◎和定食 わかめ雑炊 白菜の炒り煮 パイン缶 牛乳	◎洋定食 イエローロール カリフラワーの炒め物 ハムサラダ 牛乳
昼 食						◎お一日 赤飯 鶏の竜田揚げ 茄子の煮浸し チンゲン菜のワサビ和え 豆腐のみそ汁	ごはん ☆照り焼きおろしハンバーグ 里芋の煮っころがし 人参の青のりサラダ たけのこのすまし汁
中 間 食						ミニエクレア(いちご)	パンケーキ(メープル)
夕 食						ごはん カレイのピーナッツ焼き シューマイ ピーマンのナムル ☆かぶとときのこの中華スープ	ごはん 揚げ出しの盛り合わせ 小松菜と海老の香味炒め 玉ねぎのみそ汁



2月 献立一覧表

2025年2月 [高山ちどり]

	3(月)	4(火)	5(水)	6(水)	7(金)	8(土)	9(日)
朝食	◎洋定食 食パン・いちごジャム ボイルウインナー キャベツのドレッシング和え 牛乳	◎和定食 ゆかり粥 ブロッコリーの塩昆布炒め みかん缶 牛乳	◎洋定食 丸ロール スクランブルエッグ 玉ねぎのマリネ 牛乳	◎和定食 かおり粥 インゲンの炒め物 フルーツカクテル缶 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン ほうれん草のコンソメ煮 カリフラワーのサラダ 牛乳	◎和定食 おじや 白菜の炒り煮 マンゴー缶 牛乳	◎洋定食 ロールパン 菜の花のソテー コーンサラダ 牛乳
昼食	◎節分 ☆助六寿司(巻き4貫・稲荷3貫) 鰯の甘辛煮 ☆ほうれん草のゆず和え 赤出汁	ごはん さばの山椒焼き 金平ごぼう スパゲティサラダ あげのみそ汁	けんちんそば 豆腐田楽 からし菜の生姜和え バナナ	ごはん 豚肉のポン酢炒め チンゲン菜の煮浸し レンコンサラダ なすのみそ汁	◎A×ニュー カレイの中華香り蒸し ◎B×ニュー 春雨と豚肉の炒め物(チアゴ 和風) ◎共通料理◎ ごはん 水餃子 しろ菜のナムル たまごの中華スープ	ごはん 肉団子のトマト煮 ジャーマンポテト コールスローサラダ コンソメスープ	ごはん カレイの煮付け かき揚げ 大根のかおり和え 春菊のすまし汁
中間食	節分ボーロ	◎手作りおやつ 水ようかん(抹茶)	国産やさいゼリー	ミニエクレア	ふんわりたい焼き こしあん	やわらかおかき(砂糖醤油)	巻きどら焼き(芋あん)
夕食	ごはん 豚肉と野菜の煮物 さつま芋の含め煮 しろ菜のごま酢和え ゆばのすまし汁	ごはん 豚肉の五目炒め 平天の炒り煮 インゲンのサラダ 花麩のすまし汁	ごはん たらのムニエル・ハニーマスタードソース 菜の花のクリーム煮 パプリカサラダ ☆じゃが芋とあさりのスープ	ごはん おでん とり天 白菜の梅和え わかめのすまし汁	ごはん 豆腐ステーキ ひじきの炒め煮 胡瓜とハムのサラダ 里芋のみそ汁	ごはん あじの蒲焼き かぶの銀あん チンゲン菜の塩だれ和え とろろ昆布のすまし汁	ごはん 鶏肉の柚子胡椒炒め 竹輪の炒り煮 うまい菜のおかか和え 豆腐のみそ汁



2月 献立一覧表

2025年2月 [高山ちどり]

	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	16(日)
朝食	◎洋定食 レストランツグ ピーマンの炒め物 スパゲティサラダ 牛乳	◎和定食 わかめ雑炊 イカ団子の煮物 マンゴー缶 牛乳	◎洋定食 イエローロール カリフラワーの加熱炒め 胡瓜のドレッシング和え 牛乳	◎和定食 ゆかり粥 野菜の中華煮 パイン缶 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン スナックエンドウのソテー 大根サラダ 牛乳	◎和定食 わかめ雑炊 肉団子の煮物 みかん缶 牛乳	◎洋定食 丸ロール 和風ポトフ 人参サラダ 牛乳
昼食	◎郷土料理(島根県) ★すもじ(焼き鯖入りちらし寿司) がんもの含め煮 ポテトサラダ ★そばの汁もの	ごはん 鶏肉の梅香焼き レンコンの炒り煮 しろ菜のピーナツ和え 里芋のみそ汁	◎Aメニュー 麻婆豆腐 ◎Bメニュー 赤魚の香味焼き ◎共通料理◎ ごはん さつまいもの甘煮 キャベツの中華和え コーンの中華スープ	ごはん さばの生姜煮 ブロッコリーのとろみ煮 かぼちゃサラダ あげのみそ汁	◎バレンタイン ごはん クリームシチュー ハートのコロツケ パプリカのマリネ	◎いいごはん 切干大根の炊き込みごはん 鮭のちゃんちゃん焼き かにかのふわふわ豆腐のあんかけ うまい菜のゆず和え そうめんのすまし汁	ごはん 豚肉の塩だれ炒め 大豆の煮物 菜の花とハムのおかか和え 玉ねぎのみそ汁
中間食	ミニエクレア(いちご)	しっとり饅頭(黒糖)	ふんわりたい焼き カスタード	◎季節の和菓子 上生 梅	◎手作りおやつ チョコレートババロア	パンケーキ(黒蜜きなこ)	国産やさいぜリー
夕食	ごはん 豚肉のソテー(ステーキス) 茄子の煮物 からし菜のごま酢和え もやしのみそ汁	ごはん 白身魚のクリームソース マカロニのケチャップソテー ブロッコリーサラダ 大根のスープ	ごはん ☆カレイの変わり揚げ 玉子焼き(野菜) 菜の花の辛子和え そうめんのすまし汁	ごはん お好み焼き もやしのポン酢炒め わかめのすまし汁	ごはん オープンオムレツ(キーマカレー) スパゲティソテー ごぼうサラダ ほうれん草のスープ	ごはん 鶏肉のしょうゆ麹焼き いんげんの炒め物 ひじきの和風サラダ 渦巻き麩のみそ汁	ごはん さわらのさらさ蒸し 炒めビーフン しろ菜のごま和え 豆腐のすまし汁



2月 献立一覧表

2025年2月 [高山ちどり]

	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(日)
朝食	◎洋定食 ロールパン しる菜のクリーム煮 カリフラワーのサラダ 牛乳	◎和定食 かおり粥 白菜の煮浸し フルーツカクテル缶 牛乳	◎洋定食 レーズントッパ ブロッコリーの卵炒め ポテトサラダ 牛乳	◎和定食 中華粥 ほうれん草の炒め物 マンゴー缶 牛乳	◎洋定食 イエローロール ポイルウインナー 野菜のマリネ 牛乳	◎和定食 鶏雑炊 栗かぼちゃの旨煮 パイン缶 牛乳	◎洋定食 食パン・りんごジャム 野菜のコンソメ煮 トマトパンネサラダ 牛乳
昼食	◎Aメニュー たらのムニエルカレー風味 ◎Bメニュー メンチカツデミグラスソース ◎共通料理◎ ごはん チンゲン菜のソテー マカロニサラダ ☆玉ねぎときのこのコンソメスープ	ごはん 鶏肉のレモン風味 豆腐ステーキ 胡瓜とコーンのサラダ 春雨の中華スープ	ごはん 白身魚の和風あんかけ 大根の煮物 菜の花のワサビ和え 豚汁	◎Aメニュー ごはん さばの梅香煮 ◎面前提供 本館・デイ にぎり寿司(5貫+2貫)・稲荷寿司 ◎共通料理◎ ひじきの炒め煮 うまい菜と桜海老の和え物 なめこの赤出汁	野菜湯麺 春巻き レタスサラダ フルーツヨーグルト	ごはん ふくさ卵 ふろふき大根 菜の花のマヨネーズ和え そうめんのすまし汁	ごはん 鮭の西京焼き インゲンの炒め物 さつま芋サラダ えのきのすまし汁
中間食	ふんわりたい焼き こしあん	巻きどら焼き(柚子あん)	おかしなバナナ	国産やさいゼリー	ミニエクレア	◎手作りおやつ 水ようかん(くり)	やわらかおかき(うす塩)
夕食	ごはん 豚じゃが 茄子の田楽 からし菜のゆかり和え とろろ昆布のすまし汁	ごはん カレイの煮付け さつま芋のバター醤油炒め オクラの和え物 わかめのみそ汁	ごはん 松風焼き 竹輪の甘辛炒め インゲンのドレッシング和え 花麩のすまし汁	ごはん 豚肉のハニーマスタード炒め がんもの含め煮 春雨の和え物 えのきのすまし汁	ごはん あじのタルタル焼き からし菜のソテー 胡瓜のドレッシング和え オクラのスープ	ごはん たらの磯辺揚げ 小松菜の炒り煮 玉ねぎのおかか和え 麩のみそ汁	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ 茄子のオイスター炒め 白菜の中華和え たまごスープ



2月 献立一覧表

2025年2月 [高山ちどり]

	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)		
朝食	◎洋定食 丸ロール スクランブルエッグ 胡瓜のドレッシング和え 牛乳	◎和定食 中華粥 イカ団子の煮物 みかん缶 牛乳	◎洋定食 ロールパン ウインナーの炒め物 コーンサラダ 牛乳	◎和定食 ゆかり粥 かぶのそぼろ煮 フルーツカクテル缶 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン スナックエンドウの加風味炒め 人参サラダ 牛乳		
昼食	チキンカレー らっきょ・福神漬け カリフラワーのサラダ マスカットゼリー	◎天ぷら・お刺身御膳 ごはん 天ぷら盛り合わせ お刺身(マグロ・サーモン) かぶのかにあんかけ 赤だし汁	ごはん 豚肉とがんもの煮物 和風ジャーマンポテト 小松菜の酢味噌和え とろろ昆布のすまし汁	◎Aメニュー ハンバーグ(醤油マスタードソース) ◎Bメニュー 白身魚のバター醤油焼き ◎共通料理◎ ごはん 茄子のケチャップ炒め コールスローサラダ コンソメスープ	ごはん さばの塩焼き 竹輪の天ぷら 菜の花の梅和え 花麩のすまし汁		
中間食	しっとり饅頭(抹茶)	ふんわりたい焼き カスタード	ミニエクレア(いちご)	◎手作りおやつ りんごゼリー	国産やさいゼリー		
夕食	ごはん カレイのレモン醤油かけ 炒り豆腐 ほうれん草の辛子和え 渦巻き麩のみそ汁	ごはん 鶏肉の香味焼き 金平ごぼう からし菜と仏の和え物 大根のすまし汁	ごはん あじの幽庵焼き 炒めビーフン オクラのおかか和え 玉ねぎのみそ汁	ごはん 和風オープンオムレツ 大豆の煮物 ピーマンともやしのナムル そうめんのすまし汁	ごはん 肉豆腐 からし菜の中華炒め かぼちゃサラダ わかめのみそ汁		