



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(チアブ 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 たらのもニエルカレー風味 ◎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 たらちの磯辺揚げ 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 | | |