



2月 予定献立表

長谷川病院 デイクアセンター

月	火	水	木	金	土
		1日 大根の炊き込みご飯 赤魚の塩麹ホイル焼き お豆サラダ 金平ごぼう 清まし汁 キャロットゼリー	2日 米飯 ネギ塩豚肉炒め さつまいもの白和え ブロッコリーときのこ炒め 味噌汁 果物	3日 ★節分★ 大豆入りご飯 銀だら西京漬け焼き かぶと卵の和風サラダ 小松菜の和え物 清まし汁 果物 	4日 米飯 豚とごぼうの卵とじ煮 大根の和え物 アスパラソテー 清まし汁 フルーツヨーグルト
		黒糖フークレエ	りんご杏仁	★節分甘納豆★ ★恵方巻きロール★	ほうじ茶ミルクぶりん
		エネルギー：863kcal タンパク質：28.9g	エネルギー：772kcal タンパク質：32.3g	エネルギー：808kcal タンパク質：24.8g	エネルギー：819kcal タンパク質：37.9g
6日 海鮮中華丼 彩り野菜のグリル 長芋の梅干し酢和え 味噌汁 果物	7日 茄子のミートパゲッティ ジャーマンポテト風 小松菜のおかか和え 大根のポターージュ 果物	8日 米飯 かじきのムニエル パンパンジーサラダ 野菜の炒り煮 たまごスープ 果物	9日 米飯 酢豚 五目金平煮 れんこんサラダ 中華スープ 果物	10日 米飯 ぶり大根 里芋炊き合わせ 茄子の中華浸し 豚汁 フルーツヨーグルト	11日 祝日
今川焼	フルーツゼリー	ミニメロンパン	ハチミツゆずゼリー	シベリア	
エネルギー：799kcal タンパク質：25.6g	エネルギー：819kcal タンパク質：23.4g	エネルギー：794kcal タンパク質：32.4g	エネルギー：818kcal タンパク質：19.5g	エネルギー：833kcal タンパク質：30.1g	エネルギー：0kcal タンパク質：0g
13日 米飯 めばるの香味ソース ほうれん草の辛子和え アスパラと人参のチーズ焼き さつまい 果物	14日 ★まぐろ解体ショー★ 米飯 新鮮なお刺身 炊き合わせ 清まし汁 塩麹の漬物 果物 	15日 ★まぐろ解体ショー★ 米飯 新鮮なお刺身 炊き合わせ 清まし汁 塩麹の漬物 果物 	16日 米飯 和風ハンバーグ カニカマと大根サラダ ひじきの煮物 かき玉汁 フルーツヨーグルト	17日 米飯 肉野菜炒め 卵とキャベツの和え物 里芋のそぼろ煮 清まし汁 果物	18日 米飯 麻婆豆腐 トマトとなすの和え物 温野菜の柚子味噌かけ 春雨とにら玉スープ 果物
コーヒーゼリー	★ハートのデザート★ ガトーショコラ 	もみじまんじゅう	ワッフル	あんぱん	濃厚プリン
エネルギー：765kcal タンパク質：26.5g	エネルギー：706kcal タンパク質：46.9g	エネルギー：729kcal タンパク質：47.3g	エネルギー：850kcal タンパク質：31.8g	エネルギー：730kcal タンパク質：23.7g	エネルギー：745kcal タンパク質：26g
20日 米飯 鱈の南蛮漬け焼き 刻昆布の煮物 ブロッコリーとかぶのソテー 豆腐とわかめのスープ フルーツヨーグルト	21日 きつねうどん 水菜と大根のサラダ えびと春雨の炒め物 果物	22日 米飯 鶏のみぞれ煮 人参のマリネサラダ 青梗菜と大根の中華和え 清まし汁 果物	23日 米飯 発芽玄米ご飯 さわらのもろみ漬け焼 ☆ほうれん草・人参 野菜の味噌あんかけ マッシュパンプキン 清まし汁 果物	24日 米飯 チキンカレー ごぼうと胡瓜のサラダ 小松菜の和え物 ジュリエンヌスープ 果物	25日 米飯 いも煮 大根の和風サラダ 小松菜と大根のソテー 味噌汁 果物
桃山	南瓜のイまんじゅう	たいやき	人参のムース	苺シュークリーム	ババロア
エネルギー：833kcal タンパク質：28.9g	エネルギー：671kcal タンパク質：26.6g	エネルギー：838kcal タンパク質：24.5g	エネルギー：845kcal タンパク質：31.3g	エネルギー：778kcal タンパク質：19.7g	エネルギー：766kcal タンパク質：28.9g
27日 米飯 ぶりの幽庵焼き きゅうりの酢の物 青菜とひじきのソテー 豚汁 果物 	28日 米飯 治部煮 大根の金平 小松菜のごま和え わかめ汁 果物				
水ようかん	里見の里				
エネルギー：743kcal タンパク質：29.6g	エネルギー：754kcal タンパク質：26.4g				