

〇〇 2 月 献 立 表 〇〇

豊玉デイサービス

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)
昼食	ごはん すまし汁 ますのバター醤油焼き 里芋の味噌煮 キャベツとハムのサラダ 漬物 I単位・塩分 398 5.1	大豆ご飯 《千葉郷土料理》いわしつみれ汁 かき揚げ 高野豆腐の含め煮 キャベツのしそ和え カクテル缶 I単位・塩分 491 3.6	親子丼 味噌汁 春雨のソテー 青梗菜の生姜和え みかん缶 I単位・塩分 549 3.7	ごはん 味噌汁 鶏肉の梅肉ソースかけ 金平ごぼう インゲンのマヨ和え 黄桃缶 I単位・塩分 487 3	《リクエスト》野菜ラーメン 豆腐のそぼろあん 小松菜のピーナッツ和え カクテル缶 I単位・塩分 532 4	ごはん 味噌汁 白身フライとコロッケ 大根の田舎煮 春菊の胡麻和え みかん缶 I単位・塩分 500 3.3
3時	今川焼き I単位・塩分 88 0	黒糖まんじゅう I単位・塩分 70 0.1	手作り蒸しパン I単位・塩分 122 0.2	プリン I単位・塩分 89 0	たいやき I単位・塩分 106 0	メープルプチケーキ I単位・塩分 104 0.2
	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)
昼食	ごはん 味噌汁 豚肉カレー風味炒め ほうれん草の煮浸し ポテトサラダ パイ缶 あんみつ I単位・塩分 520 3.3	ごはん かき玉汁 さわらのムニエル 茄子の味噌炒め 青梗菜のゴマ酢和え みかん缶 プチドック I単位・塩分 530 2.5	ごはん コンソメスープ 鶏肉のデミソースかけ 小松菜とコーンのソテー カリフラワーサラダ カクテル缶 吹雪まんじゅう I単位・塩分 465 1.9	ごはん 味噌汁 たらの南蛮漬け 南瓜含め煮 ほうれん草のお浸し 漬物 パンケーキ I単位・塩分 459 3.1	ごはん 味噌汁 鶏肉の照り焼き 湯豆腐 オクラの和え物 パイ缶 ショコラプチケーキ I単位・塩分 425	ごはん 味噌汁 鮭の柚子庵焼き がんもの煮物 白菜の昆布和え 黄桃缶 フルーチェ I単位・塩分
3時	あんみつ I単位・塩分 40 0	プチドック I単位・塩分 112 0.2	吹雪まんじゅう I単位・塩分 70 0	パンケーキ I単位・塩分 87 0.2	ショコラプチケーキ I単位・塩分 107 0.3	フルーチェ I単位・塩分 56 0.2
	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)
昼食	ビビンバ丼 中華スープ さつま芋のレモン煮 もやしサラダ 黄桃缶 I単位・塩分 511 2.6	ごはん 豚汁 鶏肉の味噌マヨ焼き レンコンの煮物 小松菜のゆず風味和え パイ缶 I単位・塩分 508 2.6	ごはん 味噌汁 《リクエスト》さばの煮付け 五目煮豆 きゅうりとわかめの酢の物 黄桃缶 I単位・塩分 495 3.4	パセリライス 《リクエスト》ビーフシチュー キッシュ風 コールスローサラダ 福神漬け カクテル缶 I単位・塩分 520 2.3	A 回鍋肉 B 豚肉の生姜炒め ごはん 中華スープ ギョーザ もやしのナムル みかん缶 選択A 491 2.9 選択B 473 2.7	ごはん 味噌汁 ますのマリネ 里芋の煮物 大根サラダ パイ缶 I単位・塩分 535 5.5
3時	あんぱん I単位・塩分 131 0	黒糖まんじゅう I単位・塩分 70 0.1	ゼリー I単位・塩分 73 0	パンケーキ I単位・塩分 87 0.2	手作りようかん I単位・塩分 62 0.2	ショコラプチケーキ I単位・塩分 107 0.3
	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)
昼食	ごはん 味噌汁 鶏肉の胡麻焼き ひじき煮 白菜の梅肉和え 漬物 I単位・塩分 424 3.5	ごはん 《郷土料理》だんごじる 豆腐ハンバーグおろしあんかけ 青梗菜の卵とじ ツナサラダ カクテル缶 I単位・塩分 587 3.6	かやくご飯 味噌汁 かれいの煮付け じゃが芋のベーコン炒め ほうれん草の磯和え みかん缶 I単位・塩分 463 3.3	ごはん 味噌汁 なすと豚肉のオイスター炒め シューマイ キャベツのゆかり和え 黄桃缶 I単位・塩分 533 4	ごはん 味噌汁 鱈の煮付け 野菜炒め 小松菜のおかか和え パイ缶 I単位・塩分 431 3.3	ごはん 味噌汁 鶏のから揚げ 葱ソース 切干大根の煮物 花野菜サラダ 漬物 I単位・塩分 502 3.6
3時	クリームパン I単位・塩分 131 0.1	たいやき I単位・塩分 106 0	プチドック I単位・塩分 112 0.2	ロールケーキ I単位・塩分 113 0	プリン I単位・塩分 89 0	パンケーキ I単位・塩分 87 0.2
昼食						
3時						

節分
節分とは、二十四節気における立春・立夏・立秋・立冬という「季節の変わり目になる日」の前日を指します。本来ならば年に四回の節分があるのですが、現在では主に立春の前日を節分と呼んでいます。
恵方巻き
恵方巻きとは、節分の日一人一本、その年の恵方に向けて、願い事をしながら黙々と食べる太巻きの事です。恵方巻きは海苔で巻かれていますが、「巻く＝福を巻く」、切らずに一人一本食べることで「縁を切らない」という意味を込めて太巻きを食べるようになったそうです。また、見た目が黒い棒に見える事から、「鬼に金棒＝鬼の金棒を食べて鬼を退治する」という意味もあるそうです。



* 都合により献立を変更することがあります