

2025年02月 月間献立表
(常食(ケア))

| 日曜日 | | 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | | 土曜日 | |
|-----|---|--|---|---|--|--|--|--|--|--|--|--|---|
| 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | 1日 |
| 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | 米飯 味噌汁(豆腐) ししゃも(ケア) 昆布佃煮 |
| 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | バック牛乳 清まし汁(1000昆布) 杏仁豆腐 すき焼き風 小松菜とイカの炒め たくあん漬 中華コーンスープ フルーツ(黄桃缶) 米飯 魚のおろし煮 さつま芋とリンゴのサラダ ピーマン炒め |
| 朝 | 2日 | 朝 | 3日 | 朝 | 4日 | 朝 | 5日 | 朝 | 6日 | 朝 | 7日 | 朝 | 8日 |
| 昼 | 米飯 味噌汁(わかめ) 舞茸と豆腐のフリカケ(たらこ) | 米飯 味噌汁(もやし) ブリの照り焼き 梅干し | 米飯 味噌汁(厚揚げ) 厚焼き玉子 鮭フレーク | 米飯 味噌汁(大根) 細切り昆布の煮物 もろみ | 米飯 味噌汁(南瓜) ビジキとゴボウの炒め煮 昆布佃煮 | 米飯 味噌汁(じゃが芋) スクランブルエッグ 切昆布大豆 | 米飯 味噌汁(エノキ) いわしの梅煮 明太子 | 米飯 味噌汁(わかめ) 舞茸と豆腐のフリカケ(たらこ) | 米飯 味噌汁(もやし) ブリの照り焼き 梅干し | 米飯 味噌汁(厚揚げ) 厚焼き玉子 鮭フレーク | 米飯 味噌汁(大根) 細切り昆布の煮物 もろみ | 米飯 味噌汁(南瓜) ビジキとゴボウの炒め煮 昆布佃煮 | 米飯 味噌汁(じゃが芋) スクランブルエッグ 切昆布大豆 |
| 夕 | 麦ご飯170g 豚肉と里芋の煮物 アスパラの炒め 桜大根漬 | 麦ご飯170g 豚肉と里芋の煮物 アスパラの炒め オクラのゆず和え | 麦ご飯170g 豚肉と里芋の煮物 アスパラの炒め 切り干し大根煮 | 麦ご飯170g 豚肉と里芋の煮物 アスパラの炒め 切り干し大根煮 | 麦ご飯170g 豚肉と里芋の煮物 アスパラの炒め 白身の甘酢あんかけ 豚肉と春雨の中華炒め 白菜の辛子和え | 麦ご飯170g 豚肉と里芋の煮物 アスパラの炒め なすの炒め煮 | 麦ご飯170g 豚肉と里芋の煮物 アスパラの炒め なすの炒め煮 | 麦ご飯170g 豚肉と里芋の煮物 アスパラの炒め なすの炒め煮 | 麦ご飯170g 豚肉と里芋の煮物 アスパラの炒め なすの炒め煮 | 麦ご飯170g 豚肉と里芋の煮物 アスパラの炒め なすの炒め煮 | 麦ご飯170g 豚肉と里芋の煮物 アスパラの炒め なすの炒め煮 | 麦ご飯170g 豚肉と里芋の煮物 アスパラの炒め なすの炒め煮 | 麦ご飯170g 豚肉と里芋の煮物 アスパラの炒め なすの炒め煮 |
| 朝 | 9日 | 朝 | 10日 | 朝 | 11日 | 朝 | 12日 | 朝 | 13日 | 朝 | 14日 | 朝 | 15日 |
| 昼 | 米飯 味噌汁(里芋) 野菜入り厚揚げの煮物 納豆 | 米飯 味噌汁(わかめ) 大豆五目煮 ふりかけ(たまご) | 米飯 味噌汁(大根菜) 五目玉子焼 鮭フレーク | 米飯 味噌汁(おつゆ駄) キャベツのサラダ もろみ | 米飯 味噌汁(かぼちゃ) 塩さば(朝) 梅干し | 米飯 味噌汁(さつま芋) ミニがんもの煮物 昆布佃煮 | 米飯 味噌汁(人参) 高菜オムレツ 明太子 | 米飯 味噌汁(里芋) 野菜入り厚揚げの煮物 納豆 | 米飯 味噌汁(わかめ) 大豆五目煮 ふりかけ(たまご) | 米飯 味噌汁(大根菜) 五目玉子焼 鮭フレーク | 米飯 味噌汁(おつゆ駄) キャベツのサラダ もろみ | 米飯 味噌汁(かぼちゃ) 塩さば(朝) 梅干し | 米飯 味噌汁(さつま芋) ミニがんもの煮物 昆布佃煮 |
| 夕 | 麦ご飯170g 魚の煮付 付)いんげん キャベツの甘辛味噌炒め | 麦ご飯170g 魚の煮付 付)いんげん キャベツの甘辛味噌炒め | 麦ご飯170g 魚の煮付 付)いんげん キャベツの甘辛味噌炒め | 麦ご飯170g 魚の煮付 付)いんげん キャベツの甘辛味噌炒め | 麦ご飯170g 魚の煮付 付)いんげん キャベツの甘辛味噌炒め | 麦ご飯170g 魚の煮付 付)いんげん キャベツの甘辛味噌炒め | 麦ご飯170g 魚の煮付 付)いんげん キャベツの甘辛味噌炒め | 麦ご飯170g 魚の煮付 付)いんげん キャベツの甘辛味噌炒め | 麦ご飯170g 魚の煮付 付)いんげん キャベツの甘辛味噌炒め | 麦ご飯170g 魚の煮付 付)いんげん キャベツの甘辛味噌炒め | 麦ご飯170g 魚の煮付 付)いんげん キャベツの甘辛味噌炒め | 麦ご飯170g 魚の煮付 付)いんげん キャベツの甘辛味噌炒め | 麦ご飯170g 魚の煮付 付)いんげん キャベツの甘辛味噌炒め |
| 朝 | 16日 | 朝 | 17日 | 朝 | 18日 | 朝 | 19日 | 朝 | 20日 | 朝 | 21日 | 朝 | 22日 |
| 昼 | 米飯 味噌汁(おつゆ駄) 玉ねぎのオムレツ ふりかけ(鮭) | 米飯 味噌汁(厚揚げ) ひじき煮 鮭フレーク | 米飯 味噌汁(玉葱) 目玉焼き 切昆布大豆 | 米飯 味噌汁(キャベツ) 細切り昆布の煮物 梅干し | 米飯 味噌汁(しめじ) スクランブルエッグ 昆布佃煮 | 米飯 味噌汁(さつま芋) 枝豆と豆腐のフリカケ もろみ | 米飯 味噌汁(人参) 高菜オムレツ 明太子 | 米飯 味噌汁(おつゆ駄) 玉ねぎのオムレツ ふりかけ(鮭) | 米飯 味噌汁(厚揚げ) ひじき煮 鮭フレーク | 米飯 味噌汁(玉葱) 目玉焼き 切昆布大豆 | 米飯 味噌汁(キャベツ) 細切り昆布の煮物 梅干し | 米飯 味噌汁(しめじ) スクランブルエッグ 昆布佃煮 | 米飯 味噌汁(さつま芋) 枝豆と豆腐のフリカケ もろみ |
| 夕 | 米飯 白身魚のパン粉焼き 付)アスパラソテー ピーマンのトマト煮 | 米飯 魚の煮付 付)アスパラソテー スパゲティ炒め | 米飯 魚の煮付 付)アスパラソテー スパゲティ炒め | 米飯 魚の煮付 付)いんげん ピーマン炒め | 米飯 魚の煮付 付)いんげん ピーマン炒め | 米飯 魚の煮付 付)いんげん ピーマン炒め | 米飯 魚の煮付 付)いんげん ピーマン炒め | 米飯 魚の煮付 付)いんげん ピーマン炒め | 米飯 魚の煮付 付)いんげん ピーマン炒め | 米飯 魚の煮付 付)いんげん ピーマン炒め | 米飯 魚の煮付 付)いんげん ピーマン炒め | 米飯 魚の煮付 付)いんげん ピーマン炒め | 米飯 魚の煮付 付)いんげん ピーマン炒め |
| 朝 | 23日 | 朝 | 24日 | 朝 | 25日 | 朝 | 26日 | 朝 | 27日 | 朝 | 28日 | 朝 | |
| 昼 | 米飯 味噌汁(大根菜) きんぴらごぼう ふりかけ(おかか) | 米飯 味噌汁(おつゆ駄) 野菜入り厚揚げの煮物 納豆 | 米飯 味噌汁(えのき) 高菜オムレツ 納豆 | 米飯 味噌汁(里芋) さつま揚げの煮物 梅干し | 米飯 味噌汁(しめじ) スクランブルエッグ 昆布佃煮 | 米飯 味噌汁(さつま芋) 枝豆と豆腐のフリカケ もろみ | 米飯 味噌汁(人参) 高菜オムレツ 明太子 | 米飯 味噌汁(おつゆ駄) 玉ねぎのオムレツ ふりかけ(鮭) | 米飯 味噌汁(厚揚げ) ひじき煮 鮭フレーク | 米飯 味噌汁(玉葱) 目玉焼き 切昆布大豆 | 米飯 味噌汁(キャベツ) 細切り昆布の煮物 梅干し | 米飯 味噌汁(しめじ) スクランブルエッグ 昆布佃煮 | 米飯 味噌汁(さつま芋) 枝豆と豆腐のフリカケ もろみ |
| 夕 | 麦ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 切干大根の煮物 かつば漬 | 麦ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 切干大根の煮物 かつば漬 | 麦ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 切干大根の煮物 かつば漬 | 麦ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 切干大根の煮物 かつば漬 | 麦ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 切干大根の煮物 かつば漬 | 麦ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 切干大根の煮物 かつば漬 | 麦ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 切干大根の煮物 かつば漬 | 麦ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 切干大根の煮物 かつば漬 | 麦ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 切干大根の煮物 かつば漬 | 麦ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 切干大根の煮物 かつば漬 | 麦ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 切干大根の煮物 かつば漬 | 麦ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 切干大根の煮物 かつば漬 | 麦ご飯170g 豚肉のゴマ風味炒め 切干大根の煮物 かつば漬 |
| 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | |
| 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | |
| 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | |
| 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | |
| 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | |
| 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | |
| 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | | 朝 | |
| 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | | 昼 | |
| 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | | 夕 | |

メモ