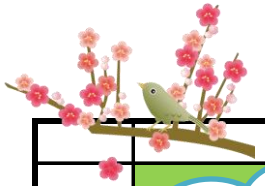

# 平成２９年　２月　献　立　表

みずべの杜デイサービス

☆今月の果物☆
柑橘類が旬です！
ぽんかん・いよかん
でこぽん を提供します。

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 | 2 | 3〔節分〕 | 4 |
| 献立 | | | 三色丼<br>すまし汁<br>里芋の千草あんかけ<br>青菜お浸し<br>いちご | ご飯・コーンスープ<br>おろしハンバーグ<br>じゃが芋のベーコン炒め<br>ささみごま酢あえ<br>キウイフルーツ | 大根ご飯<br>雑煮汁<br>いわし蒲焼き<br>かぼちゃの含め煮<br>白和え・ぽんかん | ご飯・豚汁<br>ぶり大根<br>上州きんぴら<br>青菜ごまあえ<br>りんご |
| おやつ | | | まんじゅう | まんじゅう | 甘納豆 | 甘納豆 |
| | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 献立 | ごはん・わかめスープ<br>八宝菜<br>京風焼売<br>ほたてサラダ<br>杏仁豆腐 | ご飯・なめこ汁<br>さわら西京焼き<br>切り干し大根炒め煮<br>湯葉和え物<br>りんご | ご飯・つみれ汁<br>さば照り焼き<br>揚げ出し豆腐<br>葱ぬた<br>パイン | 天ぷらうどん<br>かぶ中華あんかけ<br>キャベツのサラダ<br>いよかん | ご飯・味噌汁<br>カキフライ<br>大根と鶏肉煮物<br>わさびしょうゆあえ<br>夏みかん | 【建国記念日】<br>赤飯・すまし汁<br>田舎煮<br>なすおろしがけ<br>酢の物・いちご |
| おやつ | マドレーヌ | マドレーヌ | スイートポテト | スイートポテト | 栗蒸しパン | 栗蒸しパン |
| | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 献立 | ご飯・味噌汁<br>天ぷら<br>里芋とイカの煮物<br>酢みそあえ<br>黄桃 | カレーうどん<br>炒り豆腐<br>野菜ごまあえ<br>いちご | ご飯・むらくも汁<br>刺身<br>鶏肉旨煮<br>もずくの酢の物<br>いよかん | ご飯・きのこ汁<br>かじき竜田あげ<br>金時豆の甘煮<br>柚香あえ<br>ヨーグルト | ご飯・味噌汁<br>肉豆腐<br>カリフラワー卵とじ<br>かにかまいんげんあえもの<br>キウイフルーツ | ご飯・五目汁<br>豚角煮<br>ひじきの炒り煮<br>中華くらげのあえもの<br>パイン |
| おやつ | チョコプリン | チョコプリン | ココアケーキ | ココアケーキ | ヨーグルトケーキ | ヨーグルトケーキ |
| | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 献立 | ご飯・けんちん汁<br>いずみ鯛もみじおろし<br>豆腐田楽<br>青菜辛子あえ<br>りんご | チャーハン<br>ワンタンスープ<br>肉焼売<br>カニサラダ<br>杏仁豆腐 | ご飯・すいとん<br>炒り鶏<br>煮やっこ<br>ごぼうのサラダ<br>バナナ | ご飯・卵スープ<br>麻婆豆腐<br>焼きギョウザ<br>春雨サラダ<br>夏みかん | 麦ご飯・とろろ汁<br>たら塩こうじ焼き<br>おから炒り煮<br>なます<br>ヨーグルト | にぼうと<br>鶏しんじょうあんかけ<br>五色辛子あえ<br>ミックスドフルーツ |
| おやつ | 大学いも | 大学いも | カステラ | カステラ | ラスク | ラスク |
| | 27 | 28 | | | | |
| 献立 | ポークカレーライス<br>コンビネーションサラダ<br>ヨーグルトあえ | ご飯・なめこ汁<br>豚肉の柳川煮<br>豆腐かにあんかけ<br>白菜サラダ<br>パイン | | | | |
| おやつ | 抹茶寒天 | 抹茶寒天 | | | | |

＊２／３は節分メニューになります。
＊２／１１は「建国記念日」のためお赤飯を提供します。
＊献立は変更になる場合がありますので、ご了承ください。
＊１食平均６００Kcalです。
＊みずべの畑でとれた新鮮な野菜も使っています。

☆収穫した野菜☆
大根・白菜・長葱
かき菜 など