

あけましておめでとうございます

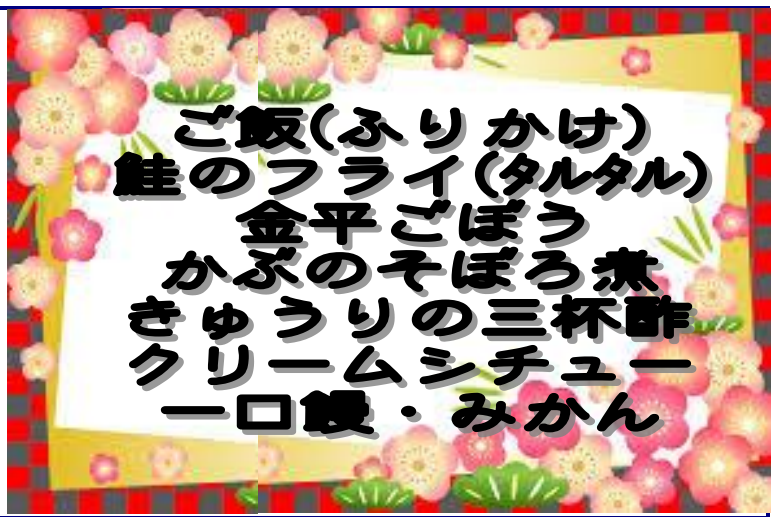
旧年中は大変お世話になりました。
本年もよろしくお願いたします。

令和三年 元旦 丑



1月 2021 吉富鳳寿園

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
1 金	雑煮(醤油) 伊達巻・黒豆 紅白蒲鉾 かぶの三杯酢	赤飯・鯛の塩焼き 錦卵・プチケーキ 2色糸吸い物・みかん 甘酒提供します♪	牛肉と大根の煮物 ほうれん草のマヨ和え 粕汁 さつま芋のきんとん
2 土	雑煮(味噌) 数の子・紅白蒲鉾 泡雪寒天・黒豆	海老のちらし寿司 精進煮物 茶碗蒸し・みかん	鶏肉の梅酢煮 春菊のごま和え 里芋汁・漬け物
3 日	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 南瓜のいとこ煮 小松菜のごま和え	山菜おこわ 鶏肉の味噌煮・サラダ そばの吸い物・みかん おやつ プチケーキ	サバのごま煮 白菜の煮浸し 鶏きのこ汁 漬け物
4 月	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 三杯酢・南瓜煮	魚の天ぷら はんぺんサラダ 2色糸の吸物・いちご	鶏肉とかぶの煮物 ほうれん草のナムル 吸い物・漬け物
5 火	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 金平・おかか和え	ちゃんぽん トマトのもずく和え 枝豆腐・いちご	鯛の梅煮 チーズサラダ・漬け物 ぽかぽか生姜スープ
6 水	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 生姜煮・三杯酢	豆腐ハンバーグ ポテトサラダ ミネストローネ・ミソ	鶏肉の梅酢煮・漬け物 水菜のごま和え はんぺんの吸い物
7 木	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 三色なます うずら豆の煮物	七草粥・鮭の粕煮 ほうれん草マヨ和え そばの吸い物・いちご おやつ タイヤキ	きのこ牛肉煮物 はんぺんサラダ あさりとパセリスープ 漬け物
8 金	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト おろし・高野豆腐	団子汁・おにぎり 青梗菜と煮卵・みかん トマトのもずく和え	豚肉と玉ねぎの煮物 ごま豆腐(酢味噌) とろろ昆布吸物・漬物



	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
9 土	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 金平・かぶ三杯酢	豚肉の生姜焼き 明太ポテトサラダ 豆乳味噌汁・バナナ	魚の梅味噌焼き 春菊のごま和え 山芋かき玉汁・漬物
10 日	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト じゃが芋カレー煮 えのき茸和え物	お好み焼き・おにぎり 卵豆腐・いちご はんぺんの吸い物 おやつ ティラミス	カレーの煮付け うずら豆の煮物 水菜の味噌汁 漬け物
11 月	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 茄子の煮浸し 小松菜のナムル	桜えびご飯・サラダ きのこ牛肉煮物 コーンスープ 鏡開き白玉ぜんざい	マーボー豆腐 春雨とハムの酢の物 ニラ卵スープ みかん
12 火	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 切干大根・酢の物	鮭の香草パン粉焼き ミモザサラダ トマトスープ・みかん	魚の粕漬け焼き かぶのごま煮・漬け物 なめこのみぞれ汁
13 水	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 豆腐煮物・なます	かしわめし 魚のおろし煮・サラダ 南瓜だんご汁・いちご	ビーフカレー・ムース アボカドとトマトマリネ マンゴーヨーグルト
14 木	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 春雨とわかめ酢物 キャベツ・ツナ煮物	太巻き寿司 煮しめ盛り合わせ 鯛の吸い物・みかん おやつコーヒーゼリー	鶏肉のやわらか煮 さつま芋のサラダ 白菜クリームスープ 漬け物
15 金	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 南瓜煮・酢の物	豚肉のあっさり煮 ほうれん草ワサビ和え 長芋すいとん汁・みかん	白身魚のムニエル チーズサラダ・漬け物 トマトクリームスープ

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
16 土	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト キャベツのサッと煮・春雨の酢の物	お弁当 赤飯・鯛の塩焼き 五目白和え・薩摩芋煮 粕汁・みかん・ケーキ	牛肉の柳川風煮 はんぺんの和え物 鶏きのこ汁 漬け物
17 日	ミニパン グリーンピーススープ かぶのそぼろ煮 サラダ・ヤクルト	五目焼きそば・△ トマトのもずく和え 卵スープ・みかん おやつ 苺ババロア	イワシと大根の薬味煮 ほうれん草ワサビ和え なめこの味噌汁 漬け物
18 月	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 高野豆腐・酢の物	カレイの煮付け 白菜の和え物 茶碗蒸し・みかん	鶏肉の梅酢煮・漬け物 春菊のマヨポン和え あさりとトマトスープ
19 火	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 白菜煮浸・三杯酢	オムライス・バナナ チーズサラダ クリームシチュー	鮭のチャンチャン焼き チンゲン菜の生姜煮 もずくかき玉汁・漬物
20 水	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト なます・かぶ煮	鯛の刺身 さっぱりカニポテト 吸い物・みかん	豚肉の醤油焼き 枝豆腐・漬け物 そばの吸い物
21 木	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 豆腐の煮物 ひじき生姜酢和	豚肉のあっさり煮 じゃが芋のうま煮 すいとん汁・みかん おやつマロンババロア	鮭のホイル焼き コールスローサラダ 小松菜の豆乳スープ 漬け物
22 金	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト オレンジ煮・酢の物	ぶり大根 五目白和え 素麺の吸い物・いちご	カニクリームコロッケ ごぼうサラダ ピーススープ・漬物
23 土	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト がんも煮・三杯酢	ハヤシライス 春雨サラダ・ヨーグルト とうもろこしムース	いわしと大根煮物 南瓜のうま煮 きのこスープ・漬物
24 日	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 豆腐の煮物 ほうれん草ごま和	ミニパン 野菜オムレツ・サラダ シチュー・バナナ おやつ フルーチェ	鶏肉とかぶの煮物 青梗菜の生姜煮 はんぺんの味噌汁 漬け物

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
25 月	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 大豆煮・酢の物	チキンドリア コールスローサラダ ミネストローネ・🍷	豚肉のあっさり煮 五目オランダ煮 きのこスープ・漬物
26 火	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト いとこ煮・梅和え	魚の旨み中華煮 ブロッコリーサラダ 茶碗蒸し・バナナ	鮭の粕煮 えのき茸の和え物 鶏きのこ汁・漬物
27 水	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト さつま芋の煮物 ほうれん草和え物	懐かしの学校給食 揚げパン(きな粉) カレーシチュー・牛乳 サラダ・フルーツポンチ	魚の煮付け トマトの韓国風和え なめこの吸い物 漬け物
28 木	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 金平ごぼう 白菜の和え物	白身魚のムニエル かぶのごま煮 ミネストローネ・🍷 おやつ 大学芋	きのこ牛肉の煮物 さつま芋の甘煮 たまねぎベーコンスープ 漬け物
29 金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト なます・高野豆腐	しらすと生姜ご飯 サバ塩焼き・かき玉汁 五目オランダ煮・🍷	豚肉の生姜焼き ほうれん草のサラダ コーンスープ・漬物
30 土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト いとこ煮・酢の物	魚のおろし煮 ほうれん草🍷🍷和え 長芋すいとん汁・🍷	カレイの煮付け トマトのもずく和え 素麺の吸い物・漬物
31 日	ミニパン コーンスープ ポークビーンズ サラダ・ヤクルト	カニ雑炊・みかん サバのごま煮 なめこ和風スープ おやつ ロールケーキ	鶏肉の味噌煮 はんぺんサラダ グリンピーススープ 漬け物

献立は都合により
変更する場合があります。
ご了承ください。
この他に牛乳や生姜湯、抹茶などの
飲み物も準備しております。

特別養護老人ホーム
吉富鳳寿園
令和3年1月こんだて表