

月間予定献立表

- 2月 -

栄養士 柴村 有紀

月	火	水	木	金	
<p>★普通食に使用する食材は形態食でも使用しますが、形態食にすることにより良い状態が保てないもの、味が著しく低下するもの等は代替食材を使用します。代替食材は、使用する食材に()で表示、追加で食材を使用する場合は(+○)と表示します。また、普通食で使用するが形態食で使用しない食材は(×)と表示します。使用しない食材に変え、量の調整をします。</p>					
<p>献立名</p> <p>使用する主な食材 だし、調味料は含まず</p> <p>(形態食に毎日、さといも・ぐず粉・寒天を使用)</p>					
<p>3 牛乳</p> <p>ゆかり豆ごはん</p> <p>しょうが汁</p> <p>鬼の金棒</p> <p>ごま和え</p> <p>ホイップ和え</p> <p>牛乳、米、ゆかり、大豆 しょうが、にんじん、白菜 豚肉、鶏肉、玉ねぎ 豆腐、生クリーム、黄桃缶 パン粉(×)、たまご(×) カレー粉、きざみのり 小松菜、大豆もやし(大根) いりごま(練りごま)、パイン缶</p>	<p>4 牛乳</p> <p>チョコチップパン</p> <p>魚介のスープ煮</p> <p>シャキシャキ和え</p> <p>フルーツヨーグルト</p> <p>牛乳、エビ(+鶏肉)、玉ねぎ チョコチップパン(食パン) いか(+鶏肉)、にんにく にんじん、白菜、れんこん じゃがいも、ごぼう、りんご マヨネーズ、ヨーグルト パイン缶、いりごま(練りごま)</p>	<p>5 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>ごまけんちん汁</p> <p>いろいろ包み焼き</p> <p>コーンサラダ</p> <p>牛乳、米、いりごま、にんじん 大根、コーン、ごぼう、鶏肉 にんにく、マヨネーズ、玉ねぎ じゃがいも、えのき、チーズ キャベツ、白菜、ツナ(×) レモン</p>	<p>6 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>根菜汁</p> <p>チキン南蛮</p> <p>のり和え</p> <p>カルピスゼリー</p> <p>牛乳、米、かぶ、大根 ごぼう、鶏肉、しょうが でんぶん、マヨネーズ 玉ねぎ、ピクルス、たまご レモン、小松菜、白菜 にんじん、鰹節(×) きざみのり、カルピス 黄桃缶</p>	<p>7 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>中華スープ</p> <p>麻婆豆腐</p> <p>牛乳ゼリーいちごソース</p> <p>牛乳、米、白菜、にんじん 大根、しいたけ、豚肉 しょうが、にんにく、豆腐 ねぎ(玉ねぎ)、いちごジャム</p>	
<p>10 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>沢煮わん</p> <p>鶏肉のミルクみそ煮</p> <p>ようかん抹茶ホイップ添え</p> <p>牛乳、米、にんじん、大根 ごぼう、鶏肉、にんにく 白菜、玉ねぎ、ぶなしめじ こしあん、生クリーム、抹茶 しいたけ</p>	<p>11 牛乳</p> <p>建国記念の日 でお休みです</p>		<p>12 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>みそ汁</p> <p>のり焼き</p> <p>おかかマヨネーズ和え</p> <p>フルーツ和え</p> <p>牛乳、米、きざみのり、白菜 マヨネーズ、鰹節(×) もやし(大根)、えのき、豚肉 鶏肉、豆腐、玉ねぎ、 パン粉(×)、パイン缶 たまご(×)、じゃがいも 小松菜、にんじん、いりごま マヨネーズ、鰹節(×) りんご</p>	<p>13 牛乳</p> <p>練馬スパゲッティ</p> <p>塩ちゃんこ汁</p> <p>チーズサラダ</p> <p>牛乳、スパゲッティ(マカロニ) にんにく、大根、ツナ きざみのり、鶏肉、にんじん 白菜、豆腐、赤パプリカ キャベツ、りんご、レーズン レモン、チーズ</p>	<p>14 牛乳</p> <p>揚げごぼうと玉子のませごはん</p> <p>みそ汁</p> <p>ごまドレッシングサラダ</p> <p>濃厚チョコプリン</p> <p>牛乳、米、ごぼう、たまご じゃがいも、玉ねぎ、えのき トマト、白菜、鶏肉 黄パプリカ、しょうが 練りごま、ミルクチョコレート</p>
<p>17 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>飛鳥汁</p> <p>魚のマーマレード焼き</p> <p>梅おかか和え</p> <p>フルーツ和え</p> <p>牛乳、米、にんじん、大根 ねぎ(玉ねぎ)、じゃがいも ごぼう、さわか(鶏肉) マーマレード、白菜、小松菜 梅干し、鰹節(×)、りんご パイン缶</p>	<p>18 牛乳</p> <p>ジンジャーピラフ</p> <p>コーンスープ</p> <p>タルタルサラダ</p> <p>ベジタブルゼリー</p> <p>牛乳、米、しょうが、バター 鶏肉、コーン、にんじん 玉ねぎ、グリーンピース、白菜 ペーコン、大根、トマト きゅうり、キャベツ、ピクルス マヨネーズ、たまご、レモン 充実野菜</p>	<p>19 牛乳</p> <p>中華丼</p> <p>切り干し大根の中華和え</p> <p>紅茶フルーツポンチ</p> <p>牛乳、米、しょうが、にんにく 白菜、豚肉、玉ねぎ、たまご いか(+豚肉)、いりごま 切り干し大根(大根)、紅茶 ねぎ(玉ねぎ)、パイン缶 みかん缶</p>	<p>20 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>沢煮わん</p> <p>れんこんのつくね</p> <p>くるみ和え</p> <p>牛乳、米、ごぼう、にんじん 大根、しいたけ、鶏肉、あじ しょうが、れんこん、玉ねぎ こねぎ(×)、パン粉(×) たまご(×)、白菜、くるみ 大豆もやし(大根)</p>	<p>21 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>なめこ汁</p> <p>お好み焼き風玉子焼き</p> <p>肉じゃが</p> <p>牛乳、米、なめこ、豆腐 こねぎ(玉ねぎ)、たまご 生クリーム、キャベツ さくらえび、あおのり、豚肉 中濃ソース、鰹節(×) じゃがいも、玉ねぎ、にんじん グリーンピース</p>	
<p>24 </p> <p>振替休日 でお休みです</p>		<p>25 牛乳</p> <p>キムタクチャーハン</p> <p>野菜スープ</p> <p>トマトとパプリカの中華サラダ</p> <p>抹茶杏仁</p> <p>牛乳、米、にんにく、豚肉 しょうが、たくあん(大根) 白菜キムチ(白菜)、玉ねぎ じゃがいも、もやし(白菜) 大根、トマト、赤パプリカ 黄パプリカ、枝豆、レモン 抹茶、生クリーム、パイン缶 黄桃缶、アーモンドエッセンス</p>	<p>26 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>鮭のクリームシチュー</p> <p>ひじきとチーズのサラダ</p> <p>フルーツ和え</p> <p>牛乳、米、にんにく、鶏肉 にんじん、じゃがいも、コーン 薄力粉、バター、さけ グリーンピース、キャベツ ひじき、小松菜、りんご チーズ、レモン、いちご 玉ねぎ</p>	<p>27 牛乳</p> <p>ほうとううどん</p> <p>ごまおかか和え</p> <p>ココアクリーム和え</p> <p>牛乳、うどん(一部冷や麦) にんじん、ねぎ(玉ねぎ) じゃがいも、しいたけ、かぼちゃ 生揚げ(豆腐)、小松菜 大豆もやし(大根)、パイン缶 鰹節(×)、いりごま(練りごま) 黄桃缶、生クリーム、ココア 豚肉、白菜</p>	<p>28 牛乳</p> <p>こぎつねごはん</p> <p>ひつつみ汁</p> <p>野菜の葛煮</p> <p>りんごのコンポートヨーグルトソース</p> <p>牛乳、米、鶏肉、しょうが 油揚げ(豆腐)、にんじん ごぼう、大根、ねぎ(玉ねぎ) にんにく、豚肉、白菜、りんご グリーンピース、レモン ヨーグルト</p>