

日

月

火

水

木

金

土

	1日	2日	3日	4日	5日	6日
朝	雑煮 祝い肴 乳酸菌飲料	雑煮 祝い肴 乳酸菌飲料	雑煮 祝い肴 乳酸菌飲料	御飯 味噌汁 うの花 和え物 漬物 牛乳	パン コンソメスープ ベーコンと野菜のソテー ポテトサラダ ジャム 牛乳	雑炊 高野たまご巻のあんかけ ごま和え 漬物 乳酸菌飲料
昼	<松花堂弁当> 赤飯 鯛の塩焼き 煮び盛り合わせ 海老と野菜のかき揚げ 天つゆ 酢豚風 うまき卵 なます まんじゅう(亥) フルーツ お吸い物 漬物	<松花堂弁当> 鯛めし ぶりの照り焼き 天ぷら 天つゆ 煮び盛り合わせ 白和え 豚肉の角煮 黒豆 数の子 かまぼこ うさぎ饅頭 フルーツ お吸い物	<松花堂弁当> 梅じゃこ菜飯 ステーキ ポテトサラダ だし巻き卵 煮び盛り合わせ 黒豆 ぬた お浸し 数の子 かまぼこ 練り切り フルーツ 漬物 お吸い物	きつねきしめん だし おにぎり いかと大根の煮物 ピーナッツ和え オレンジゼリー	御飯 さばの塩焼き 付け合わせ(大根) ビーフンソテー ごま和え 漬物 お吸い物	ハヤシライス エビフライ ポテトサラダ 青りんごゼリー わかめスープ
夕	<松花堂弁当> ちらし寿司 刺身 天ぷら 天つゆ 松風焼き 錦糸卵のえびしんじょう 菊花かぶ 茶碗蒸し 栗きんとん いかの黄金焼き デザート お吸い物	<松花堂弁当> いなり寿司・細巻き3種盛り ヒレカツ すき焼き風 いかの幽庵焼き 海老のチリソース 揚げ出し豆腐 うさく かまぼこ デザート 味噌汁	<松花堂弁当> にぎり寿司 たら西京漬け焼き 肉じゃが風 伊達巻 数の子いくらかけ 天ぷら盛り合わせ 天つゆ 栗きんとん かのに重ね蒸し 酢れんこん デザート 味噌汁	御飯 あじの南蛮漬 鳴門煮 しらたきの真砂和え 漬物 お吸い物	御飯 ポークチャップ 付け合わせ がんもの煮物 もやしの生姜醤油和え 煮豆 味噌汁	御飯 赤魚のおろし煮 付け合わせ 卵とじ 桜海老の和え物 漬物 お吸い物
朝	七草粥 だし巻きたまご 和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 ひじきの煮物 おかか和え ふりかけ 牛乳	パン コーンポタージュ スクランブルエッグ 南瓜サラダ ジャム 牛乳	雑炊 はんぺんの卵とじ 和え物 あみえび 乳酸菌飲料	御飯 味噌汁 切干大根煮 ごま和え ふりかけ 牛乳	雑炊 ししゃも 和え物 漬物 乳酸菌飲料
昼	御飯 パサのマヨネーズ焼き 付け合わせ 湯豆腐 酢の物 ゼリー 味噌汁	えびピラフ はんぺんのフライ 大根サラダ 季節スイーツ コンソメスープ	御飯 豚肉と野菜のみそ炒め 里芋の煮物 もずくの生姜酢 フルーツ お吸い物	十五穀米御飯 さばのみそ煮 付け合わせ 大豆と昆布の煮物 梅肉和え 漬物 お吸い物	肉うどん つゆ(うどん) おにぎり 豆そぼろの炒り煮 酢味噌和え マスカットゼリー	御飯 鶏肉のトマトソースかけ 付け合わせ 昆布の炒め煮 白菜と沢庵の和え物 漬物 お吸い物
夕	御飯 つくねの照り焼き 付け合わせ かぶの海老あんかけ ピーナッツ和え 漬物 お吸い物	御飯 牛肉の南部焼き 付け合わせ 切干大根の炒め煮 ごま和え 煮豆 味噌汁	御飯 あじのカレームニエル 付け合わせ じゃこじゃが 菜種和え 漬物 味噌汁	御飯 鶏肉のピカタ 付け合わせ 卵とじ ポテトサラダ 漬物 味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合わせ じゃが芋の炒め物 おかか和え 煮豆 お吸い物	御飯 パサのマスタード焼き 付け合わせ 金平レンコン風 酢の物 フルーツ 味噌汁
朝	御飯 味噌汁 炒り豆腐 おかか和え 味付けのり 牛乳	御飯 味噌汁 切干大根煮 ごま和え ふりかけ(たらこ) 牛乳	パン コンソメスープ ベーコンと野菜のソテー ポテトサラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも 和え物 漬物 乳酸菌飲料	御飯 味噌汁 うの花 和え物 ふりかけ 牛乳	パン パンキンスープ オムレツ 豆サラダ ジャム 牛乳
昼	御飯 牛肉の柳川風 いか大根 南瓜サラダ 煮豆 味噌汁	御飯 さけのピカタ(オロロス) 付け合わせ 湯豆腐 酢の物 フルーツ 味噌汁	★名湯だより とろろそば そばだし おにぎり 天ぷら たすきなます 青りんごゼリー	カツ丼 じゃこじゃが 筑前煮 漬物 味噌汁	御飯 鶏肉のもろみ焼き 付け合わせ がんものおろし煮 お浸し 漬物 お吸い物	御飯 マーボー丼 ビーフンソテー ピーナッツ和え ぶどうゼリー わかめスープ
夕	御飯 さわらの西京漬け焼き 付け合わせ れんこんの味噌炒め煮 もやしの生姜醤油和え 漬物 お吸い物	御飯 挽肉とれんこんのつくね焼き 付け合わせ ひじきの煮物 和え物 漬物 お吸い物	御飯 八宝菜 餃子 ナムル 漬物 わかめスープ	ひじき御飯 赤魚の長芋蒸し 野菜炒め 糸こんにゃくの真砂和え 煮豆 お吸い物	御飯 たららの磯辺揚げ 付け合わせ じゃこじゃが 菜種和え フルーツ 味噌汁	御飯 あじの立田焼き 付け合わせ 大豆と昆布の煮物 南瓜サラダ 漬物 味噌汁
朝	御飯 味噌汁 ひじきの煮物 ごま和え ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 切干大根煮 風味和え ふりかけ 牛乳	パン コーンポタージュ スクランブルエッグ マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 卵とじ 和え物 漬物 乳酸菌飲料	御飯 味噌汁 うの花 おかか和え ふりかけ 牛乳	パン コンソメスープ オムレツ ドレッシング和え ジャム 牛乳
昼	御飯 さばの塩焼き 付け合わせ(大根おろし) 肉じゃが お浸し 煮豆 味噌汁	中華丼 春巻き 和風和え フルーツ野菜ゼリー 中華スープ	御飯 野菜炒め 里芋とひじき煮物 おかか和え フルーツ 味噌汁	御飯 あじのグリソンスかけ 付け合わせ 炒り豆腐 ごま酢和え 煮豆 味噌汁	牛丼 がんもの煮物 梅肉和え フルーツ 味噌汁	チャンポン おにぎり 肉焼売 ピーナッツ和え 桃のゼリー
夕	御飯 豚肉の柳川風 金平レンコン風 和え物 漬物 お吸い物	御飯 ぶりの幽庵焼き 付け合わせ かぼちゃのいとこ煮 梅肉和え 漬物 お吸い物	御飯 さばのみそ煮 付け合わせ 炊き合わせ おかか和え 煮豆 お吸い物	御飯 海老のさつま揚げ風 付け合わせ 切干大根の炒め煮 錦糸かけ 漬物 お吸い物	御飯 赤魚のおろし煮 付け合わせ 卵とじ マカロニサラダ 漬物 お吸い物	御飯 パサのバター風味焼き 付け合わせ 高野の含め煮 いかと胡瓜の酢味噌和え 漬物 お吸い物
朝	御飯 味噌汁 含め煮 おかか和え 味付けのり 牛乳	御飯 味噌汁 炒り豆腐 和え物 ふりかけ 牛乳	パン クリームポタージュ スクランブルエッグ 豆サラダ ジャム 牛乳	雑炊 青菜の卵とじ おかか和え 漬物 乳酸菌飲料	都合により、やむを得ずメニュー内容を変更させていただく場合がございます。 あらかじめご了承ください。	
昼	御飯 豚肉と野菜の炒め物 麻婆豆腐 胡瓜の酢の物 漬物 お吸い物	御飯 チキンカツ 付け合わせ 豆そぼろの炒り煮 ポン酢和え 煮豆(うずら豆) 味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合わせ いか大根 白和え 漬物 味噌汁	御飯 牛肉の南部焼き 付け合わせ ビーフンソテー 梅肉和え 漬物(胡瓜漬) 味噌汁		
夕	御飯 さばの塩焼き 付け合わせ(大根おろし) 大根の煮物 ナムル 漬物 味噌汁	御飯 あじのムニエル 付け合わせ かぶの海老あんかけ オクラのジャコ和え フルーツ お吸い物(麩)	菜飯 赤魚の長芋蒸し 含め煮 ごま和え フルーツ お吸い物	十五穀米御飯 白身魚のマスタード焼き 付け合わせ 根菜の炒り煮 青菜と沢庵の和え物 煮豆 かきたま汁		

都合により、やむを得ずメニュー内容を変更させていただく場合がございます。
あらかじめご了承ください。

介護付有料老人ホーム
サンリベラル
道後