

長谷工シニアウェルデザインーブランドシールケア常盤台

		2025年2月2日(日)	2025年2月3日(月)	2025年2月4日(火)	2025年2月5日(水)	2025年2月6日(木)	2025年2月7日(金)	2025年2月8日(土)
朝食	和食	おかゆ 豆腐の肉みそかけ かまぼこ卸しあえ 味噌汁	ご飯 さんましょう油煮 金平ごぼう 味噌汁	ご飯 スクランブルエッグ ドレッシング和え 味噌汁	ご飯 納豆 竹輪煮物 味噌汁	ご飯 野菜五目炒め 切干大根煮物 味噌汁	ご飯 鮭の焼き浸し おかか和え 味噌汁	ミニホットドック コーンサラダ コンソメスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	463kcal 18.2g 2.3g	484kcal 17.0g 2.2g	469kcal 17.8g 2.2g	455kcal 17.2g 2.1g	469kcal 18.5g 2.4g	440kcal 20.4g 2.3g
	洋食	食パン・バター 豆腐の肉そぼろあんかけ スープ	食パン・バター ウインナー炒め スープ	食パン・バター スクランブルエッグ スープ	食パン・バター 竹輪のスープ煮 スクランブルエッグ	食パン・バター 野菜五目炒め スープ	食パン・バター 鮭バジル焼き おかか和え スープ	ミニホットドック コーンサラダ コンソメスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	450kcal 19.0g 2.4g	483kcal 17.2g 2.3g	463kcal 19.3g 2.2g	471kcal 17.5g 2.4g	465kcal 19.5g 2.4g	461kcal 23.6g 2.1g
昼食	昼食	ご飯 海鮮揚げ春巻き 五目煮 もやし和えもの 味噌汁 お新香	ご飯 チキンカレー ビーンズサラダ フルーツポンチ スープ 福神漬け	ご飯 赤魚と玉子の煮付け 大根しそドレ和え おかか和え 味噌汁 お新香	ご飯 あげ出し豆腐 卵とじ ポン酢和え 吸い物 お新香	ご飯 メダイ照り焼き じゃが芋クリーム煮 春雨あえもの 味噌汁 お新香	ミートソーススパゲッティ マッシュポテトサラダ プリン スープ お新香	ご飯 鮭のマスタード焼き 高野豆腐含め煮 ツナとトマトの卸サラダ 味噌汁 お新香
		エネルギー たんぱく質 食塩	540kcal 25.3g 3.0g	520kcal 21.9g 3.0g	537kcal 26.5g 2.8g	544kcal 23.9g 2.7g	522kcal 24.5g 2.7g	598kcal 23.7g 3.0g
夕食	夕食	福豆ご飯 刺身盛り合わせ 炊きあわせ 海苔和え 味噌汁 デザート (節分おやき)	ご飯 白身魚ときのこのホイル焼き 揚げ茄子なめたけあんかけ たたきおくら 吸い物 デザート (チョコケーキ)	ご飯 蒸し鶏胡麻ソース とろろ芋 根菜金平 吸い物 デザート (果物)	ご飯 ホキのムニエル 生揚げ味噌煮 ほうれん草ごまあえ 吸い物 デザート (苺ゼリー)	いなり寿司 がんもの含め煮 お浸し 浅漬け 豚汁 デザート (果物)	ご飯 ブリのみぞれ煮 みそ金平 胡瓜酢物 吸い物 デザート (抹茶ロールケーキ)	ご飯 ロールキャベツ さつま芋サラダ お浸し スープ デザート (果物)
		エネルギー たんぱく質 食塩	589kcal 26.0g 2.8g	638kcal 27.3g 2.8g	608kcal 24.1g 2.7g	643kcal 25.2g 3.0g	605kcal 23.6g 2.9g	570kcal 25.7g 2.4g

献立は予告無く変更することがあります。

初午(はつうま)とは、2月最初の「午(うま)の日」からきています。春の兆しを感じられる初午に、その年の豊作を願って稻荷神社を参拝する習慣が現在も続いています。

各フロアでお食事の方のデザートは15時になります。



(