

予定献立表

厨知-12-38-2

特別養護老人ホーム知多

令和8年3月1日～令和8年3月7日

	3月1日(日)	3月2日(月)	3月3日(火)	3月4日(水)	3月5日(木)	3月6日(金)	3月7日(土)
朝食	ご飯 みそ汁(とうがん、玉ねぎ) 里芋のゆずあんかけ(朝食用) きゅうりの塩昆布あえ 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(えのき、葱) ベーコンと野菜の炒め物 じゃが芋のコンクリーム煮(朝食用) ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁(白菜、わかめ) 高野豆腐の含め煮 カリフラワーのマヨ和え 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(舞茸、葱) 切り昆布の煮物 セロリと玉ねぎの和え物 たいみそ 牛乳	ご飯 みそ汁(小松菜、麩) 里芋のそぼろ煮 アスパラのドレッシング和え 昆布佃煮 牛乳	ご飯 みそ汁(なめこ、ねぎ) つみれの煮物 とろろ 漬物 牛乳	ご飯 けんちん汁(非常食) アジの塩焼き 水菜と白菜のおひたし 漬物 牛乳
昼食	ご飯 赤魚の香味焼 スパンテー 春菊のポン酢和え みそ汁(大根、えのき)	ご飯 豚のバターしょうゆ焼き 大根とエビの煮付け オクラの生姜和え みそ汁(ほうれん草、油揚げ)	あなごちらし さわらの西京焼 菜の花のお浸し 清汁	ご飯 クリームコロッケ&ホタテフライ 筍のソテー 青菜のおかか和え じゃがいものポタージュ	ご飯 煮込みハンバーグ もやしの炒め物 きゅうりとシラスの酢の物 コンソメスープ	豚汁風うどん カニシューマイ ほうれん草のピーナッツ和え	ご飯 鶏ももの塩麴焼き なすの炒め煮 菜の花のからし和え みそ汁(えのき、麩)
間食	フルーチェ	バナナ	抹茶プリン	レモンゼリー	フルーツ寒天	プリン	ストロベリーゼリー
夕食	ご飯 豆腐の五目煮 茄子の甘辛炒め 白菜のわさび和え	ご飯 カレイの梅ソースかけ 金平ごぼう もやしの華風和え	ご飯 鶏肉のはちみつ焼き さつまいもの甘煮 春雨の和え物	ご飯 めばるの煮付け 大根の炒め物 枝豆とトマトの和え物	ご飯 海老と卵の炒め物 山菜の煮物 白菜のゆかり和え	ご飯 さばの塩焼 れんこん炒め いんげんのおかか和え	ご飯 厚揚げのねぎ酢だれ じゃが芋のソテー 胡瓜と蟹カマの和え物

予定献立表

厨知-12-38-2

特別養護老人ホーム知多

令和8年3月8日～令和8年3月14日

	3月8日(日)	3月9日(月)	3月10日(火)	3月11日(水)	3月12日(木)	3月13日(金)	3月14日(土)
朝 食	ご飯 みそ汁(油揚げ、わかめ、葱) ちくわと昆布の煮物(朝食用) 青菜のごま和え ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁(とうがん、葱) うの花炒り 白菜の酢の物 漬物 牛乳	食パン ワカメスープ ウインナーソテー 里芋の大豆クリーム煮(朝食用) りんごジャム 牛乳	ご飯 みそ汁(豆腐、油揚げ) ミートボールの煮物 キャベツの梅和え 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(ぶなしめじ、わかめ) 長芋とほたての煮物 青菜と昆布のおひたし(朝食用) ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁(なす、あさつき) かみつみれの煮物 ポテトサラダ(朝食用) 山椒ちりめん 牛乳	ご飯 みそ汁(かぼちゃ、葱) 五目豆 きゅうりの浅漬 梅びしお 牛乳
昼 食	他人丼 ビーフン炒め ごぼうサラダ みそ汁(ぶなしめじ、豆苗)	そば かき揚げ 春菊のゆず和え	シーフードカレー チキンナゲット カリフラワーのドレ和え	ご飯 スパニッシュオムレツ 白菜の煮浸し 小松菜のピーナッツ和え コーンクリームスープ	ご飯 エビのフリッター かぶの煮物 もやしの辛子和え みそ汁(ほうれん草、玉ねぎ)	ご飯 鶏肉のソテー〜きのみぞれ酢のせ〜 アスパラガスの炒め物 オクラのおかか和え みそ汁(キャベツ、ねぎ)	ご飯 鮭のみそマヨネーズ焼 ピリ辛炒め さつまいものごまドレ和え コンソメスープ
間 食	ヨーグルト	コーヒーゼリー	バナナ	メロンゼリー	オレンジ	マスカットゼリー	リンゴゼリー
夕 食	ご飯 鶏肉の治部煮 かぼちゃの炒め物 オクラのゆかり和え	ご飯 ピザ風はんぺん 炒り豆腐 焼きナス	ご飯 豚肉の中華炒め ほうれん草とツナの和風炒め 胡瓜と蟹カマの和え物	ご飯 ぶりの照焼 ひじきの煮物 大根と水菜の和え物	ご飯 豆腐ハンバーグ れんこんの煮付 根みつばときゅうりの柚子胡椒和え	ご飯 アジの生姜焼き がんもどきの含め煮 温泉卵	ご飯 蒸し野菜と豚肉のポン酢かけ 山菜の煮物 大根のなめたけ和え

予定献立表

厨知-12-38-2

特別養護老人ホーム知多

令和8年3月15日～令和8年3月21日

	3月15日(日)	3月16日(月)	3月17日(火)	3月18日(水)	3月19日(木)	3月20日(金)	3月21日(土)
朝食	ご飯 みそ汁(里芋、あさつき) がんもどきの煮付 ふきのお浸し 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(舞茸、葱) 目玉焼き 玉ねぎのドレッシング和え 金山寺味噌 牛乳	ご飯 みそ汁(わかめ、玉葱、あさつき) 切干大根の煮付 ブロッコリーのマネズ和え のりつくだ煮 牛乳	ご飯 みそ汁(とうがん、あさつき) つみれの煮物 青菜と昆布のおひたし(朝食用) ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁(豆腐、玉葱) 里芋のゆずあんかけ いんげんの中華和え 漬物 牛乳	食パン コンソメスープ じゃが芋のコンクリーム煮(朝食用) 玉ねぎのドレッシング和え マーガリン 牛乳	ご飯 みそ汁(里芋、玉ねぎ) 切り昆布の煮物 アスパラの和え物 のりつくだ煮 牛乳
昼食	ご飯 麻婆ナス キャベツの炒め物 菜の花のお浸し ワカメスープ	ご飯 鶏肉のゆず胡椒焼き ビーフンソテー 小松菜のおかか和え みそ汁(えのき、麩)		焼きそば 蒸しシューマイ 小松菜の辛子和え 中華スープ	ご飯 鮭のムニエル もやしのコンソメソテー 大根のピーナッツ和え みそ汁(油揚げ、わかめ、あさつき)	キーマカレー ささ身のチーズフライ きゅうりの梅肉和え	ご飯 肉豆腐 金平ごぼう 春菊のゆず和え 清汁
間食	フルーチェ	フルーツ(もも、みかん)		ヨーグルト	ストロベリーゼリー	バナナ	グレープゼリー
夕食	ご飯 タラの揚げ焼き(夕食用) タケノコとベーコンソテー もやしの生姜和え	ご飯 かれの煮付け 金平ごぼう なすのわさび和え	ご飯 豆腐と挽き肉のいら炒め かぶの煮物 里芋の梅和え	ご飯 厚揚げと野菜の炒め物 かぼちゃのソテー 白菜のごま和え	ご飯 豚肉のしょうが炒め 菜の花の炒め物 ブロッコリーの和風ドレ和え	ご飯 ホッケのおかか葱焼き ほうれん草とキノコのオイスターソース炒め れんこんの和えもの	ご飯 卵巾着 カリフラワーの炒め物 キャベツのドレ和え

予定献立表

厨知-12-38-2
特別養護老人ホーム知多

令和8年3月22日～令和8年3月28日

	3月22日(日)	3月23日(月)	3月24日(火)	3月25日(水)	3月26日(木)	3月27日(金)	3月28日(土)
朝食	ご飯 みそ汁(なめこ、わかめ) 五目豆 長芋のゆかり和え もろみ風味噌 牛乳	ご飯 みそ汁(とうがん、葱) がんもどきの含め煮 さつまいもの白和え(朝食用) 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(えのき、わかめ) 高野豆腐の含め煮 セロリの和え物 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(麩、わかめ、油揚げ) お魚豆腐の煮物 うぐいす豆 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(しめじ、ねぎ) はんぺんの煮物 筍の梅味噌和え ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁(舞茸、麩) かみつみれの煮物 キャベツの彩り酢物(朝食用) もろみ風味噌 牛乳	ご飯 みそ汁(白菜、あさつき) オムレツ カリフラワーのマヨ和え 梅びしお 牛乳
昼食	ご飯 鮭のタルタル焼き 筍とさつま揚げの炒め物 もやしのおかか和え みそ汁(大根、あさつき)	ご飯 豚肉のはちみつ焼き ブロッコリーのソテー 水菜と玉ねぎの和え物 かき玉汁	ちゃんぽん ギョーザ きゅうりの酢の物	三色丼 華風炒め オクラの生姜和え みそ汁(じゃがいも、葱)	ご飯 めばるのポン酢かけ 菜の花の炒め物 なすのピーナッツ和え のっぺい汁	ご飯 ハニーマスタードチキン スパソテー 南瓜のサラダ ワカメスープ	ご飯 さわらの幽庵焼き チンゲン菜とベーコンの炒め物 枝豆とトマトの和え物 みそ汁(豆腐、油揚げ)
間食	ヨーグルト	パインゼリー	プリン	オレンジ	ミルクプリン	フルーツ缶	ピーチゼリー
夕食	ご飯 肉団子と野菜のスープ煮 春雨のソテー 菜の花のナムル	ご飯 白身魚のピカタ トマトのチーズ焼き オクラの中華和え	ご飯 筑前煮 なすとピーマンの炒め物 大根の梅肉和え	ご飯 厚揚げのみそマヨネーズ焼 ひじきの煮物 長芋のわさび和え	ご飯 牛肉のスタミナ炒め ふきの炒め煮 白菜と根三つ葉のおひたし	ご飯 赤魚の香味焼 ふろふき大根 青菜のなめたけ和え	ご飯 肉じゃが れんこんの金平 なすの生姜和え

予定献立表

厨知-12-38-2

特別養護老人ホーム知多

令和8年3月29日～令和8年3月31日

	3月29日(日)	3月30日(月)	3月31日(火)				
朝食	ご飯 みそ汁(なめこ、わかめ) 切干大根の煮付 長芋の和え物 漬物 牛乳	食パン コンソメスープ ミートボールのケチャップソテー アスパラのツナ和え マーマレード 牛乳	ご飯 みそ汁(さつまいも、エノキ) 金平れんこん ほうれん草のレモンしょうゆ和え ふりかけ 牛乳				
昼食	ご飯 鶏肉の香味焼 さつまいもの甘煮 小松菜の辛子和え 清汁	ポークカレー ミニコロッケ 青菜の中華和え	ご飯 豚肉の卸ししょうゆ焼き ひじきの煮物 白菜のわさび和え みそ汁(キャベツ、油揚げ)				
間食	フルーチェ	ベリーミックスゼリー	オレンジゼリー				
夕食	ご飯 さばのえのきあんかけ キャベツの炒め物 野菜のぬた和え	ご飯 海老のオイスターソース炒め 筍の煮付 マカロニサラダ	ご飯 ぶりの照焼 高野豆腐の含め煮 オクラの梅肉和え				