

2025

2月の献立

松葉園デイサービス

日付	曜日	昼食	熱量kcal	3時おやつ	熱量kcal
1	土	御飯・肉団子の中華あんかけ・高野豆腐のサイコロ煮・大根と竹輪のサラダ・味噌汁・漬物	596	練り切り 赤鬼 緑茶	76
3	月	御飯・ホキの唐揚げ・ふかしじゃがいも・ブロッコリーとコーンのサラダ・味噌汁・漬物	570	バウンドケーキ 紅茶	163
4	火	御飯・豚肉とキャベツの和風炒め・かみつみれの煮物・大根と大根葉のからし和え・味噌汁・漬物	517	梅ゼリー	43
5	水	大豆と鶏肉のキーマカレー・しろなと竹輪の塩麹ドレ和え・コンソメスープ・ハイン缶のオレンジジュレ	476	せんべい ほうじ茶	35
6	木	わかめそば・豚肉の塩だれ炒め・うまい菜とツナのサラダ	514	スイートポテト 紅茶	70
7	金	御飯・ハンバーグ・大根と平天の煮物・味噌汁・フルーツ・漬物	581	あんシュー・緑茶	99
8	土	御飯・白身魚の味噌煮・キャベツと鶏肉の炒め物・大根と大根葉の塩ゴマ和え・すまし汁・漬物	457	コーヒーゼリー	50
10	月	醤油ラーメン・かにシューマイ・杏仁豆腐	454	豆乳カステラ・紅茶	115
11	火	散らし寿司・レンコンと豚肉の炒り煮・うまい菜と平天のサラダ・味噌汁	517	黒糖まんじゅう ほうじ茶	127
12	水	御飯・メンチカツ・小松菜と鶏肉の炒め物・カリフラワーと玉ねぎのサラダ・味噌汁・漬物	625	ワッフル・紅茶	66
13	木	御飯・さばの塩焼き・白菜と豚肉の煮物・いんげんのスローサラダ・味噌汁・漬物	600	バウムクーヘン ほうじ茶	87
14	金	御飯・豚肉と白菜のすき煮・大根と鶏肉の炒め物・ほうれん草とえのきの塩ごま和え・味噌汁・漬物	561	チョコプリン	95
15	土	御飯・鶏肉の豆鼓蒸し・レンコンと竹輪の炒め生酢・味噌汁・白桃缶のピーチジュレ・漬物	518	あんシュー・緑茶	99
17	月	親子丼・一口がんもの煮物・キャベツといんげんのサラダ・味噌汁	549	栗あんまんじゅう ほうじ茶	120
18	火	きつねうどん・がめ煮（福岡県郷土料理）・カリフラワーとコーンのサラダ	511	水ようかん 緑茶	75
19	水	御飯・白身魚の煮つけ・小松菜とベーコンの炒め物・白菜と油揚げの白ごま和え・とろろ汁・漬物	538	きなこソフトマフィン 紅茶	98
20	木	ポークカレー・青梗菜と平天の大葉ドレ和え・コンソメスープ・ミルク寒天	557	おしるこ・せんべい 緑茶	171
21	金	御飯・さばの味噌煮・キャベツと鶏肉の炒め物・すまし汁・フルーツ・昆布佃煮	590	ぶどうゼリー	38
22	土	御飯・ホッケのたれ焼き・切干大根の煮物・アスパラと竹輪のサラダ・味噌汁・漬物	454	ミルクまんじゅう ほうじ茶	134
24	月	御飯・ホキの香草パン粉焼き・ベーコンと枝豆の塩バターソテー・味噌汁・フルーツ・漬物	541	焼き芋まんじゅう 桃山・緑茶	86
25	火	御飯・エビマカロニフライ・梅尾煮・インゲンの洋風お浸し・コンソメスープ・漬物	579	酒まんじゅう ほうじ茶	122
26	水	ゆかり御飯・豚肉のごま醤油炒め・筍と昆布の煮物・ポテトサラダ・味噌汁・漬物	593	紅茶バウンドケーキ 紅茶	161
27	木	御飯・白身魚の唐揚げ・南瓜の含め煮・うまい菜と油揚げの和え物・味噌汁・漬物	531	あんシュー・緑茶	91
28	金	中華丼・えびシューマイ・もやしと平天のサラダ・中華スープ	530	ふんわりロールケーキ ほうじ茶	55

材料の都合により変更する場合があります