

	日	月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
朝	御飯 ウイナーの野菜炒め 蒸なすのソース和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 インゲンとサツマの煮物 白菜の和風サラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 ミートオムレツ インゲンのお浸し 梅ひしお 味噌汁 牛乳	御飯 鶏肉と里芋の煮物 キャリとかニカマのゆず風味 梅ひしお 味噌汁 牛乳	御飯 ハンバーグの煮物 菜の花とシメジの磯和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 ツナ入りスクランブル 小松菜の和風ドレッシング ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 カブとピーコンの炒め 春菊とエノキのお浸し のりの佃煮 味噌汁 牛乳
昼	御飯 鶏肉の竜田揚げ 中華風煮 マカロニサラダ すまし汁 フルーツミカン缶	御飯 めばるの生姜煮 南瓜のグラッセ 小松菜の磯和え かき玉汁 フルーツ・フルーツカゲル缶	豆ひじきご飯 お魚ハンバーグ 梅かつオソースかけ 大根のピーナッツ味噌かけ ブロッコリーと玉子のサラダ 粕汁 マロン・パロア	御飯 肉団子と野菜の煮物 ブロッコリーと和風炒め 大豆とひじきの和え物 味噌汁 フルーツ・黄桃缶	御飯 パサのタルタルソース焼 野菜のカレー風味煮 ホトトギス・コン コンソメスープ フルーツ・リンゴ	きのこのトマトスパゲッティ そぼろ炒め モヤシとキュウリのゴマ和え コンソメスープ フルーツ・パイ缶	御飯 メルルサの揚げおろし煮 青梗菜とエビの炒め物 オクラの柚子風味 味噌汁 フルーツ・マンゴー缶
おやつ	マンゴープリン	抹茶のパンケーキ	練り切り	コーヒーロール	ワッフル	チョコパン	杏仁豆腐
タ	御飯 つみれとレコンの煮物 インゲンとツナの炒め物 人参と蒸し鶏の胡麻和え 味噌汁	御飯 回鍋肉 中華旨煮 モヤシの酢醤油和え 中華スープ	御飯 豆腐のかい風味あんかけ かぶの炒め チンゲン菜とチクリ胡麻サラダ 味噌汁	御飯 メルルサのレモン醤油焼 がんとの煮物 小松菜のササミ和え すまし汁	御飯 豚肉と野菜の旨煮 白菜と油揚げの煮物 モヤシのサラダ すまし汁	御飯 たらの酒蒸 鶏肉団子 カリフラワーのカルシ和え 味噌汁	御飯 タンドリー風チキン 付け合せ 根野菜スープ煮 ほうれん草のサラダ ホタテジュ
	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
朝	御飯 揚げボールの煮物 キャベツのレモン醤油和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 シラスと野菜の炒め物 白菜ピーナッツ和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 高野豆腐のソバ・ロアンかけ モヤシのサラダ 梅ひしお 味噌汁 牛乳	御飯 なすと挽肉のソー ブロッコリーのおかか和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 白菜とアサリの炒り煮 角切さつま芋・リンチサラダ 鯛味噌 味噌汁 牛乳	御飯 チーズ入りスクランブル 春菊のなめ茸添え ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 なすと竹輪の煮物 ホウレン草の磯和え のりの佃煮 味噌汁 牛乳
昼	御飯 スパニッシュオムレツ ホウレン草のソー かぶのサラダ コンソメスープ フルーツ・白桃缶	ハヤシライス 菜の花とシメジの磯和え コンソメスープ フルーツ・パイ缶	菜飯 ますのハーフ・グリン さつま芋のレーズン煮 大根と水菜のサラダ コンソメスープ アロエ・ジャスミンティー フルーツ・ポンチ	御飯 ハンバーグマトソス マカロニソー キュウリとかぶの梅風味サラダ コンソメスープ フルーツ・ミカン缶	御飯 鶏の幽庵焼 がんとの煮物 青梗菜とかニカマのお浸し 味噌汁 フルーツ・黄桃缶	御飯 たらのパン粉焼 ミートボールのコンソメ煮 ブロッコリーのチーズサラダ コンソメスープ フルーツ・フルーツカゲル缶	キャロットパイ チキグリ・レモンクリームソース カリフラワーとエビのイタリアンサラダ カレー風味野菜スープ ティラミス・コーヒースーリー
おやつ	ミニたい焼き	黒ごまプリン	パンケーキ	パ・パ・パ	マスカットゼリー	ピーナッツパン	チョコプリン
タ	御飯 豚肉のぶり辛炒め カリフラワーの薄くす煮 蒸し茄子のお浸し 味噌汁	御飯 バサの野菜あんかけ 里芋の味噌煮 オクラの生姜和え すまし汁	御飯 肉団子の酢豚風 海老シューマイ 小松菜と大豆の中華サラダ 中華スープ	御飯 鶏肉の香味ソース ごぼうの炒り煮 ピーナッツ和え 味噌汁	御飯 シルバーの南部焼 揚げのそぼろあん ゆかり和え すまし汁	御飯 鶏肉と高野豆腐の煮物 小松菜とツナの炒め物 人参サラダ 味噌汁	御飯 シルバーの胡麻だれ漬 レコンのピーコン炒め インゲンのサラダ コンソメスープ
	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
朝	御飯 厚焼卵 もやしとしそ風味和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 車麩と野菜の煮物 マカロニサラダ 梅ひしお 味噌汁 牛乳	御飯 かんと野菜の煮物 モロヘイヤのシラス和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 小松菜の卵炒め カリフラワーの香味だしかけ ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 高野豆腐のソバ・ロアンかけ キャベツと竹輪の和え物 鯛味噌 味噌汁 牛乳	御飯 茄子とピーマンの甘辛炒め 白菜とツナの胡麻ドレッシング ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 ハンバーグと野菜煮物 小松菜と干しエビの和え物 のりの佃煮 味噌汁 牛乳
昼	御飯 たらのチーズ焼 付け合せ ウイナーと野菜のスープ煮 ブロッコリーのホン酢風味 コンソメスープ フルーツ・ミカン缶	御飯 エビと玉子の塩炒め 青梗菜の中華旨煮 オクラのドレッシング和え 中華スープ フルーツ・マンゴー缶	御飯 豚肉の生姜焼 ピーマン炒め かぶの梅じそドレッシング 味噌汁 フルーツ・白桃缶	御飯 肉団子の野菜あんかけ モヤシとピーマンのソー 人参と蒸し鶏のサラダ 味噌汁 フルーツ・フルーツカゲル缶	シーフードカレー ブロッコリーとピーマンのサラダ コンソメスープ ヨーグルト・フルーツソース	御飯 サバのバター醤油風味焼 じゃが芋金平 かぶの梅和え 味噌汁 フルーツ・リンゴ缶	御飯 和風ハンバーグ 付け合せ 南瓜の含め煮 マカロニサラダ コンソメスープ フルーツ・パイ缶
おやつ	ケーキ	みかんフルーチェ	プリン	まんじゅう	抹茶ゼリー	プチシュー	ピーナッツパン
タ	御飯 肉団子の煮物 じゃが芋とツナの炒め物 トマトとカメのサラダ 味噌汁	御飯 鶏肉のはちみつ照焼 南瓜とエンドウの煮物 ヒキ和風サラダ 味噌汁	御飯 鯖のシロ焼 鶏れんこん煮 白菜のおかか和え すまし汁	御飯 揚げ豆腐 茄子のチーズ焼 ホウレン草とハムのサラダ コンソメスープ	御飯 鶏の治部煮 青梗菜とかニカマの炒め物 大根の酢の物 味噌汁	御飯 五日卵焼 付 銀あん 大根の炒め物 カリフラワーとコンのサラダ すまし汁	御飯 ますの胡麻だれ漬 レコンのおかか煮 モヤシの酢の物 味噌汁
	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
朝	御飯 じゃが芋のそぼろ煮 ホウレン草の和風ドレッシング ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 ツナ入りスクランブル ブロッコリーのサラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 青梗菜と油揚げの煮浸し 蒸し茄子のお浸し 梅ひしお 味噌汁 牛乳	御飯 かんとカブの煮物 モヤシの和風サラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 オムレツ ゆかり和え 鯛味噌 味噌汁 牛乳	御飯 チキボールの煮物 大根のサラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 カリフラワーとウイナーのソー 白菜の和え のりの佃煮 味噌汁 牛乳
昼	御飯 サバの塩焼 かぶの味噌煮 ごぼうサラダ すまし汁 フルーツ・マンゴー缶	御飯 鶏肉と里芋の旨煮 小松菜と竹輪の炒め物 水菜のナムル 味噌汁 フルーツ・フルーツカゲル缶	かつお手こね寿司 のっぺ あん団子&梅寒天 伊勢うどん風汁	御飯 生揚げと野菜のそぼろ煮 ホウレン草とピーコンの炒め物 ブロッコリーのサラダ 味噌汁 フルーツ・パイ缶	御飯 アジの香味焼 じゃが芋とツナの炒め物 スパゲッティ・サラダ 味噌汁 フルーツ・バナナ	けんちんうどん もやしとししエビ炒め キャベツと蒸し鶏のサラダ フルーツ・マンゴー缶	御飯 豚肉のスタミナ炒め かぶの炒め 小松菜のナムル ウラスoup フルーツ・黄桃缶
おやつ	ぶどうゼリー	ミニたい焼き	杏仁豆腐	ショコラプチケーキ	黒ごまプリン	パンケーキ	いちごパ・パ・パ
タ	御飯 卵とエビのオムレツソース炒め シューマイ 白菜と竹輪の辛し和え 中華スープ	御飯 鰻の明太マヨネーズ焼 南瓜とピーコンのソー 大豆とひじきの和え物 コンソメスープ	御飯 すき焼き風煮 金時煮豆 オクラの和え物 味噌汁	御飯 メバルのポン酢かけ じゃが芋の甘辛炒め 小松菜とかニカマのサラダ すまし汁	御飯 蒸し餃子・野菜あんかけ 茄子の味噌炒め 青梗菜の香味ドレッシング 中華スープ	御飯 豚肉の柳川風煮 れんこんのぶり辛炒め ホトトギス 味噌汁	御飯 ますの柚子胡椒焼 里芋と高野豆腐の煮物 オクラのドレッシング和え 味噌汁

渋谷区 つばめの里・本町東

令和8年 2月 献立表



※仕入れ等の関係により献立内容が変わることがございます。
※常食の献立内容を掲載させていただきます。