

食事メニュー

2015年2月

ぷらむの里

日	月	火	水	木	金	土	
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	
サーモンフライ・タルタルソース・生野菜 五目ヒジキ豆白菜の浅漬け 玉ねぎの味噌汁 *人参ケーキ 栗まんじゅう	酢鶏・生野菜 小松菜とちくわのお浸し 胡麻昆布 玉子の澄まし汁	長いもの豚肉巻ソテー・生野菜 ブロッコリーかにかんかけ 大根の漬物 豚汁 *節分豆	すき焼き ゴマめ みかん わかめの澄まし汁	スズキのバターしょうゆソテー・生野菜 じゃがいものキンピラ 大根の漬物 しいたけと厚焼き玉子の澄まし汁	チキンカツ・ハッシュドポテト・生野菜 とろろの梅肉和え 漬物 キャベツとたまごの味噌汁	うどん おにぎり リンゴ	ぶりの照り焼き・生野菜 白菜と蕪の鶏ミンチあんかけ 胡麻昆布 玉子の澄まし汁
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	
あじの西京焼き・生野菜 白菜と小松菜のお浸し 浅漬け 豆腐の味噌汁 *ごまプリン	鶏天・生野菜 ししゃもの南蛮漬け わかめと巻麩の澄まし汁 黄桃	たらふのムニエル・生野菜 大根とブロッコリーのキンピラ 白菜の漬物 玉ねぎの味噌汁	サーモンフライ・生野菜タルタルソース 小松菜・人参の肉みそ和え エノキとわかめの澄まし汁 みかん	鯖の塩焼き・生野菜 キャベツと胸肉の胡麻和え 白菜と麩の味噌汁	鯖のバター焼き・生野菜 サツマイモのレモン煮 春雨きゅうりの酢の物 コンソメスープ	焼きうどん おにぎり エノキと巻麩の澄まし汁 みかん	鯖の味噌煮 菜の花とカモ肉のナムル 長いものとうろろ 玉子の澄まし汁
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	
手作りコロッケ・生野菜 小松菜・白菜ちりめんの梅肉和え きゃべつの浅漬け 玉ねぎの味噌汁 *栗甘納豆	鯖の塩焼き・生野菜 大根ちくわ人参の煮物 さつまいものレモン煮 白菜の味噌汁	サーモンフライ・生野菜 パンサンスー 中華スープ いやかん	赤魚の粕漬け焼き・生野菜 ぜんまいと豚肉煮 大根の漬物 玉子の澄まし汁	八宝菜 ごまめ わかめ中華スープ 伊予かん	ぶっかけそうめん おにぎり しばぎく	アジのかば焼き・生野菜 小松菜とせせりのオイスターソースあん 大根の漬物 南瓜の味噌汁	焼き餃子・生野菜 ひろす長いも・竹輪の煮物 胡麻昆布 わかめと巻麩の澄まし汁
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日	
鶏胸肉のピカタ・生野菜 シヤモの南蛮漬け ぜんまいと豚肉の煮物 大根の味噌汁 *プッシュドノエル	芙蓉蟹・生野菜 小松菜とうすあげの煮びたし わかめのスープ みかん	豆腐ステーキ・生野菜 青梗菜としめじのさっと煮 白菜の浅漬け たらふの赤だし	鯖のバター焼き・生野菜 白菜とつみれのとろみあん 大根の味噌汁 いやかん	鯖の塩焼き・大根おろし・生野菜 菜の花とささみの胡麻和え 長いものとうろろの梅肉のせ 茄子の味噌汁	ハンバーグ・生野菜 シーチキンとそうめんのマヨ和え 大根の浅漬け 白菜の味噌汁	人参のすり流し ちくわと高野の煮物 白菜の漬物 玉ねぎの味噌汁	カレイの煮つけ・生野菜 長いもの肉みそかけ もち麩の澄まし汁 みかん