グランデージ北湘南『安心ハウス』 平成 27年 2月 献立表

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
朝	ご飯・味噌汁（ネギ 椎茸 人参）・牛乳・はんぺんのチーズサンド（はんぺん カットチーズ 生野菜 オレンジ）・金平ごぼう（人参・ごぼう）・香の物	ご飯・味噌汁（はんぺん 人参 地のり）・牛乳・鯖水煮の山かけ（長芋 卵黄 醤油）・ほうれん草の磯和え（キャベツ・人参・佃煮）・香の物	ご飯・味噌汁（椎茸 大根 ねぎ）・牛乳・キャベツのマフラー煮（人参・てんぷら・ひじ 本しめじ 青菜）・納豆（しらす 玉葱）・くだもの（バナナ・柿）	ご飯・味噌汁（かぶの茎 地のり）・牛乳・焼き魚（魚 大根おろし トマト）・高野豆腐の卵とじ（カット高野豆腐 人参 味付き椎茸 いんげん 卵）・数の子松前	ご飯・味噌汁（南瓜 花麩 ミツ葉）・牛乳・プレーンオムレツ（卵 生野菜 トマト 生クリーム）・大豆とひじきの炒め煮（缶で大豆 いんげん にんじん ごぼう ひじきとり肉）・香の物	ご飯・味噌汁（豆腐 ふのりネギ）・牛乳・煮物（京がんも大根 こんにゃく 本シメジ 地ふき）・温泉卵・香の物（胡瓜 なす）・リンゴ	ご飯 ・味噌汁（豆腐 ごぼう 大根葉）・牛乳・焼き物（炭火やきとり 生野菜 キューイ）・ごぼう炒め（とり牛蒡・キャベツ・人参）・香の物（胡瓜）
昼	とんこつラーメン（ラーメン・味付きメンマ・ナルト・焼き豚・茹で卵・長葱）・いなり寿し（いなり皮）・甘酢生姜	焼きたてパン（レーズンパン 牛乳パン あんぱん ベーコン＆チーズサンド）・じゃが芋のポタージュ（芋・コンソメ・バター・小麦粉 玉葱 牛乳 生クリーム）・サラダ（玉葱 セロリー とりむね肉 胡瓜）・コーヒー	休	・スープカレー（とり肉 揚げ茄子 南瓜 玉葱 ゆで卵 人参）・ご飯・サラダ（生ハム キャベツ）・香の物	スープ（玉葱 肉団子・ピーマン）・炊き込みピラフ（玉葱 ベーコン ミックスVコンソメ バター）・サラダ（生ハム 胡瓜 レタス 大根）・福神漬	なめこそば（そば・大根おろし・長葱・ほうれん草・たれ・生なめこ）・揚げ春巻き（えび・花ふ・チーズ・マヨネーズ）・デザート（キャラメルプリン）	スープ（生姜 野菜 ミックスV）・たらこスパゲッティー（玉葱 ピーマン・たらこ・牛乳・生クリーム）・サラダ（生ハム・クリームチーズ・大根・レタス）・コーヒー
夕	ご飯・みそ汁（焼き豆腐・庄内麩・ねぎ）・うなぎの柳川（ウナギの蒲焼・ごぼう・玉葱・三つパ・玉子・生シイタケ）・フルーツヨーグルト（バナナ・フルーツ缶・ヨーグルト）・香の物・お浸し（白菜・花かつお）・香の物	ご飯・中華スープ（わかめ メンマ春雨）・手つくり餃子（餃子の皮・豚ひき肉・にら・ニンニク・白菜・トマト）・中華サラダ（中華クラゲ 胡瓜 人参 もやし）・香の物	ご飯・赤だし味噌汁（なめこ 絹豆腐 みつば）・お刺身盛り合わせ（そい まぐろ えび 大根ケン 大葉）・ズイキの炒め煮（人参 生揚げ こんにゃく 青葉）・めかぶの茎・もずくさんしょうの茎	ご飯・味噌汁（ちじみ菜 すり身）・とりササミのチーズサンドフライ（とりササミ 豚ロース 青のり 生野菜 オレンジ）・奴豆腐（大根おろし なめたけ）・香の物	・ご飯 ・そうめん汁（干しうどん 板カマ 長葱）・鯖の味噌煮（生姜・みそ 揚げ茄子）・豚しゃぶサラダ（豚しゃぶロース レタス 人参 胡瓜 ミズ菜）・香の物	ご飯・味噌汁（ふき 油揚げ とろろ昆布）・ぎせい豆腐（むき海老・生シイタケ・ごぼう・人参・大葉）・コールスローサラダ（キャベツ 新玉葱 りんご コーツスロー）・香の物	ご飯・味噌汁（小松菜 あげ はんぺん）・干魚（干魚 甘酢大根 菊 海苔 ウインナー）・高野豆腐の含め煮（高野豆腐・人参 本しめじ いんげん）・香の物（なす たくあん）
	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
朝	ご飯・みそ汁（豆腐・長葱）・牛乳・さんま蒲焼盛合せ（小松菜 焼ちくわコーン）・とろろ芋（花かつお）・香の物	ご飯・みそ汁（豆腐 ネギ ふのり）・牛乳・ベーコンエック（ベーコン・生野菜 くだもの）・いんげん炒め（焼きちくわ・人参・いんげん・コンニャク）・香の物	ご飯・みそ汁（小松菜 はんぺん 人参）・牛乳・野菜のソテー（豚小間切・生椎茸 本しめじ 人参 もやし・玉葱・キャベツ）・卵豆腐あんかけ（卵豆腐・味付き椎茸 カニカマ）・香の物	ご飯・みそ汁（絹豆腐 長ネギ 生のり）・牛乳・焼き魚（魚 大根おろし きだもの）・ひじきの炒め煮（ひじき・油揚げ・味付き椎茸）・香の物	ご飯・みそ汁（南瓜 エリンゲ 万能ねぎ）・牛乳・煮物（椎茸・京がんも・大根・人参・焼きちく・いんげん）・納豆オクラ入り（長ネギ・オクラ）・白菜のお浸し（白菜・カツオ）・煮豆	ご飯・みそ汁（しめじ 豆腐 長葱）・牛乳・伊東のてんぷら（角天大根おろし トマト）・ごまマヨネーズ和え（とりささ身・いんげん・人参・マヨネーズ）・香の物	ご飯・みそ汁（本しめじ 天ぷら 長葱）・牛乳・ひじき入りオムレツ（卵・ひじきの煮物・生野菜 トマト）・高野豆腐の含め煮（高野豆腐・大根・ごぼう・人参・大根）・香の物
昼	ご飯・みそ汁（椎茸 ネギ 花麩）・親子丼（とり肉・玉葱・竹の子・生椎茸・みつば・卵・もみのり）・お浸し（白菜・花カツオ）・香の物	焼き立てパン（フレンチトースト・デニッシュスクエア・十勝あんパン）・ミネストローネ（にんにく・芋・キャベツ・人参・トマト水煮缶・ベーコン・ローリエ）・デザート（ブドウゼリー・白玉・柿・リンゴ・もも）・コヒー	かに雑炊（カニかま・ごぼう・竹の子・みつば・椎茸・みつば・玉子・だし汁）・小さい盛合わせ（南瓜コロッケ 生野菜 トマト）・フルーツヨーグルト和え・野沢菜昆布	具沢山塩うどん（豚バラ肉・本しめじ・椎茸 ほうれん草）・いくら寿し（いか・とびっこ・胡瓜・オホーツク）・サラダ（白菜・Gフルーツ）甘酢生姜	スープ（大根 ごぼう 長葱）・北湘南オムレツ（鶏肉・玉葱・ピーマン・人参・オムレツソース・生クリーム）・サラダ（海藻・キュウイ）・福神漬け	鍋焼きみうどん（うどん だし汁 味付きキツネ 油揚げ 大根 ほうれん草 なると 長葱）・くるみ和え（白菜・ほうれん草・竜田揚げ）・デザート（いち玉あん・小倉のせ）	スープ（トマト水煮・なす・ロールキャベツ）・焼立てパン（レーズンぱん・カレーパン・フォカッチャ・みそパン）・人参サラダ（サラミ・シーチキン・人参・レタス）・コーヒー
夕	五穀米入りご飯・豚汁（豚小間肉 ごぼう さつま芋 人参・ごぼう 豆腐・大揚げ 長葱）・盛合わせ（京風焼売・板かま・生野菜・トマト）・くるみ和え（ほうれん草 人参）・たくあん 胡瓜の漬物	ご飯・みそ汁・煮魚（昆布・生姜・大根）・ラーメンサラダ（らーめん ロースハム ゆで卵 胡瓜 玉葱）・ラーメンサラダ・香の物	ご飯・みそ汁（ミツパ キャベツ）・とう板焼き（甘えび 銀鮭・玉葱 エリンギ 南瓜・もやし・ピーマン・ごまだし）・たらこ和え（キャベツ・大根・白菜・たらのこ・人参）・香の物	鯛めし（鯛のみ・味付き椎茸・絹さや・）・八杯汁（そうめん・万能ネギ・生椎茸）・小さい盛合わせ（厚焼き玉子・竜田揚げ 生野菜・リンゴ）・茄子の味噌炒め（揚げ茄子・みそ・ピーマン・醤油」）・香の物（味胡瓜）	ご飯・みそ汁（エリンゲ 南瓜）・豚ロースたれ焼き（豚ロース・焼肉のたれ・ 生野菜・オレンジ）・ビーフンの炒め煮（長葱・人参・長葱・ひき肉・豆腐・玉子）・香の物（カツオたくあん）	ご飯・みそ汁（南瓜 にら 生のり）・焼き魚（大根おろし）・炒り豆腐（豆腐・ごぼう・万能ねぎ・ひじき・ひき肉）・大根ニンニク煮（大根・白菜）	ご飯・みそ汁（じゃが芋 はんぺん 大根葉）・さんま并（さんま・竹の子 白滝・玉葱・紅しょうが）・ほっきサラダ（ほっきサラダ・胡瓜・玉葱）・デザート（柿）
	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
朝	お粥・みそ汁・牛乳・焼き魚（一塩鯖 大根おろし パイン）・ブロッコリーとちくわの炒め物（小松菜 コーン 焼きちくわ）・香の物	ご飯・みそ汁（そうめん がんも 薬味）・牛乳・炊き合わせ（ごぼう 人参 竹も子 とり肉 ほうれん草 椎茸）・だし巻き卵とお浸し（卵 白菜ロール きざみ海苔 トマト）・一夜漬け・花豆	ご飯・みそ汁（絹豆腐 青ねぎ カットワカメ）・牛乳・山菜の炒め煮（山菜水 天ぷら 黒コンニャク 人参）・納豆（しらす 野沢菜 長ネギ）・バナナ	ご飯・みそ汁（わかめ 椎茸 長ネギ）・牛乳・ハムステーキ（生野菜・オレンジ・カーネルコーン・ウインナー）・ひじきの炒め煮（ひじき・ごぼう・厚揚げ・白滝・人参・いんげん）・香の物	ご飯・味噌汁（豆腐 わかめ）・牛乳・盛合わせ（ミートボール トマトケチャップ 生野菜 アスパラ缶）・めかぶとろろ（長芋 めかぶ）・香の物	ご飯・味噌汁（しめじ ほうれん草揚げ）・牛乳・煮物（ミニ春雨巾着 里芋 人参 いんげん 本シメジ 天ぷら）・生卵・香の物・フルーツヨーグルト・くだもの	ご飯・味噌汁（豆腐 カットワカメ 長葱）・焼き魚（さわら西京 大根おろし くだもの）・小さい高野豆腐の煮物（高野豆腐 いんげん）・香の物（胡瓜の漬物
朝	かに玉そうめん（そうめん・だし汁・たまご・竹の子・三つ葉・生椎茸・でん粉）・手まり寿し（カニフレーク・酢飯・玉子・胡瓜・うなぎ）・ごま豆腐（水・練りごま・くず粉・田楽みそ）・香の物	[illegible]瓜 玉葱 ハム チーズカット 菓子パン）・あさりのかれーチャウダー（あさり水煮 キャベツ 玉葱 牛乳 カレール 小麦粉 ミックスV）・ヨーグルトラズリーソースかけ（ヨーグルト ラズベリーソース ミカン缶）・[illegible]	休み	にゅう麺（そうめん 竹の子 本シメジ 生椎茸 板かま）・一口おにぎり（おかか うめ しそ）・メロン・香の物（ベッタラ漬け）	スープ（手羽 糸寒天 はんぺん）・焼き豚チャーハン（コンソメ 焼き豚 玉葱 人参・ピーマン にんにく）・サラダ（玉葱 パプリカ ブロッコリー 生ハム ゆで卵）・福神漬けらっきょ	鍋焼きみうどん（うどん だし汁 味付きキツネ 油揚げ 大根 ほうれん草 なると 長葱）・ささげ胡麻和え（ささげ すりごま みりん 砂糖）・Gフルーツ寄せ（Gフルーツ バナナ キュウイ ブルーベリーソース 梅ゼリー）	トマトスープ（生姜 きくらげ 春雨）・カルボナーラ（スパゲティー ベーコン あさり水煮 カルボナーラ 粉パセリー 粉チーズ）・サラダ（レタス むき海老）・コーヒー
夕	ご飯・番茶・寄せ鍋（鱈フィーレ・豚ロース・むき海老・白菜・本シメジ・絹豆腐）・納豆和え（ひき割り納豆・板かま・いか・三つ葉）・大根ステーキ（大根・柿外・ベーコン）・香の物	わかめご飯（いなきび）・みそ汁（ブナピー しめじ きゃべつ）・焼き魚（銀鮭 大根おろし）・肉じゃが（豚カタロース 芋 玉葱 人参 白滝 生姜）・香の物・生野菜梅かつお和え	ポークカレー（豚角きり 芋 玉葱 人参 にんにく ハイグレード）・盛合わせ（レタス 胡瓜 アスパラ ゆで卵 トマト）・杏仁豆腐・香の物（福神漬け）	ご飯・三平汁（糸塩鮭 人参 ごぼう 本シメジ 豆腐 長ネギ 白滝）・盛合わせ（竜田揚げ 生野菜・トマト）・胡麻和え（ほうれん草 人参 白すりごま）・ところてん（胡瓜）	ビースご飯・清汁（白玉団子 絹さやほうれん草）・オードブル盛合せ（レック ポテトサラダ ウインナー 胡瓜）・すごもり（卵 むき海老 ベーコン）・めかぶねぎヌタ（長葱 めかぶ まぐろ）・プチケーキ・シャンメリー	ご飯・味噌汁（豆腐 本シメジ ねぎ）・おでんカレー味（大根 豚バラ肉 茹で卵 こんやく 人参 カレールー）・ごぼうサラダ（胡瓜 レタス）・セロリー漬け	ご飯・味噌汁（白菜 はんぺん 長葱）・魚の漬け焼き（マス味付き 甘酢大根 オレンジ）・里芋のそぼろ煮（里芋 とりひき肉 いんげん でん粉）・カツオ沢庵・スイカ
	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
朝	ご飯・みそ汁・牛乳・かに玉あんかけ（卵 かにむき身 かに玉の素 生野菜 オレンジ）・大根の炒め煮（大根 黒こんにゃく 焼きちくわ）・香の物	ご飯・みそ汁・牛乳・はんぺんバターしょうゆ焼き（はんぺん 小麦粉 青海苔 卵 アスパラ缶 カーネルコーン 玉葱 ウインナー）・和風ナムル（春雨・にんじん・小松菜）・香の物	ご飯・みそ汁（とりごぼう 水菜 豆腐）・牛乳・トルコ風オムレツ（南瓜 玉葱 ベーコン 卵 レタス 生野菜）・煮浸し（キャベツ 花かつお）・香の物・なめこ和え	ご飯・みそ汁（大根 人参 ネギ）・牛乳・焼き物（角ハム 温野菜 アスパラ ブロッコリー 人参）・とりレバー炒め煮（とりレバー 玉葱 にら 生姜 白滝 人参）・香の物	ご飯・みそ汁・牛乳・湯豆腐セット（豆腐 白菜 昆布 長ネギ 生椎茸 生姜）・とりごぼう（人参 いんげん）・白菜 胡瓜の漬物	ご飯・味噌汁（南瓜 なす ワカメ）・牛乳 ・チーズ入りオムレツ（玉子 生野菜 くだもの）・切干大根ごま和え（ピーマン）・昆布佃煮・香の物	ご飯・味噌汁（大根 人参 ほうれん草）・牛乳・伊東の天ぷら野菜入り（大根おろし オレンジ）・コンニャクのかか煮（鰹節・生姜 こんにゃく）・香の物
昼	スープ・あんかけ焼きそば（むき海老・豚バラ肉・人参・もやし・にら・キャベツ・イカ）・くだもの・香の物（紅しょうが）	焼きたてパン（南瓜パン 天かまロール ツイストカスタード あんぱん）・ベジタブルスープ（ミックスV 玉葱 キャベツの芯 芋 にんにく ロースハム）・サラダ（サーモン 海藻 胡瓜）・コーヒー	みそ汁（白菜 焼き豆腐）・おにぎりセット（鮭 梅 焼売 金平ゴボウ ホタテと芯玉葱の和え物）・キャラメルプリン（イチゴ・砂糖・牛乳）・香の物	野菜たっぷりスープ（長葱・大根・人参・里芋・ごぼう）・ゆかりご飯盛合わせ（ゆかり レタス トマト 鮭 ハラスから揚げ 枝豆・スイカ・ポテト）・香の物（胡瓜）	スープ（ベーコン・ハンペン・牛バラ肉・玉葱 糸寒天 ）・ハヤシライス（牛ばら肉 玉葱 ルー 竹の子 エリンギ 人参）・サラダ（むきえび・海藻サラダ・大根・レタス）・福神漬け らっきょ	トン汁きし麺（大根 ごぼう 人参 赤みそ とり肉 白菜 竹の子 きし麺 春菊 長ネギ）・茄子とズッキニーみぞれ煮（茄子・ズッキーニ・大根）・デザート（ヨーグルトソース）	抹茶入り玄米茶・茶粥（番茶 塩）・盛り合わせ（さんま香味揚げ レタスドレッシング エビチーズ焼き イチゴ 青梗菜ごま和え）・煮物（かまぼこ 人参 焼き豆腐 かぶ ブロッコリー）・シャンパンゼリー・ねり梅
夕	ご飯・みそ汁・マリネ風（鮭・生野菜・タルタルソース・茹で卵・玉葱・水菜）・とびっこ和え（ほうれん草・胡瓜・とびっこ・ナルト）・香の物（カツオ沢庵）	ご飯・みそ汁（ワカメ 芋 ネギ）・焼き魚（魚 大根おろし）・マーボー茄子（茄子 豚ひき肉 にんにく 長ネギ 甜麺醤 ごま油）・野沢菜	ご飯・ワカメスープ（コンソメ・わかめ・ごま・玉子）・煮込みハンバーグ（合いびき肉 大根おろし うまポン 玉葱）・春雨サラダ（春雨 ロースハム もやし）・香の物（たくあん）	ご飯・みそ汁（キャベツ ニラ 卵）・煮魚（魚 生姜 コンニャク）・ポテトサラダ（マカロニ 玉葱 胡瓜 茹で卵 ソーセージ マヨネーズ レタス）・香の物（ベッタラ漬け）	ご飯・みそ汁（すり身 椎茸 ネギ）・天ぷら盛合わせ（尾付きえびなす 本しめじ 南瓜 大根おろし 天つゆ）・白和え（豆腐 すりごま 人参 黒こん ほうれん草 味付き椎茸）・香の物	ご飯 ・味噌汁（もやし 油揚げ）・とり幽庵焼き（鶏肉 生野菜 トマト）・いんげんの炒め煮（いんげん 人参 レンコン）・白菜の煮びたし・香の物	ご飯・味噌汁（はんぺん ネギ がんも）・たらホイル焼（鯖 みそマヨネーズ ピーマン 生椎茸 マッシュポテト カーネルコーン）・豆腐の卵とじ（豆腐 ニラ ごぼう 本しめじ 人参 玉子）・さつま芋甘煮・香の物
朝							
昼							
夕							