


# 令和8年 2月 デイサービスさくら献立表



 月曜日 	 火曜日 	 水曜日 	 木曜日 	 金曜日 
2日	3日	4日	5日	6日
<ul style="list-style-type: none"> <li>* カレイの昆布煮、野菜の煮物</li> <li>* ほうれん草の胡桃和え</li> <li>* フルーツ</li> <li>* ご飯</li> <li>* 味噌汁</li> </ul> <447kcal> おやつ 甘納豆蒸しまんじゅう <137kcal>	 * 節分会食 恵方巻き御膳 <660kcal> おやつ 恵方巻風あんまき <150kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 鶏肉とごぼうの土手煮</li> <li>* おからサラダ</li> <li>* 漬け物</li> <li>* ご飯</li> <li>* 吸い物</li> </ul> <567kcal> おやつ ウィンナーパン <124kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 豚の生姜焼き</li> <li>* 大根サラダ</li> <li>* 若竹煮</li> <li>* ご飯</li> <li>* 味噌汁</li> </ul> <444kcal> おやつ ホットケーキ <125kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 揚げ出し豆腐のそぼろあんかけ</li> <li>* 金平レンコン</li> <li>* とろろ芋</li> <li>* 麦ご飯</li> <li>* 味噌汁</li> </ul> <526kcal> おやつ 肉まん <134kcal>
9日	10日	11日	12日	13日
<ul style="list-style-type: none"> <li>* 豆腐と豚肉の和風煮</li> <li>* 南瓜サラダ</li> <li>* 漬け物</li> <li>* ご飯</li> <li>* 味噌汁</li> </ul> <457kcal> おやつ 白桃ラズベリークレープ <142kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* チンジャオロースー</li> <li>* チンゲン菜の中華和え</li> <li>* 杏仁豆腐</li> <li>* ご飯</li> <li>* 中華スープ</li> </ul> <480kcal> おやつ 鬼まんじゅう <137kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 親子丼</li> <li>* じゃが芋のかにあんかけ</li> <li>* かぶの酢の物</li> <li>* 豆の甘煮</li> <li>* 味噌汁</li> </ul> <577kcal> おやつ バナナケーキ <146kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ホッケの塩焼き</li> <li>* 小松菜のゴマ和え</li> <li>* 大豆の磯煮</li> <li>* ご飯</li> <li>* 味噌汁</li> </ul> <415kcal> おやつ 甘酒とおかき <135kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* きつねうどん</li> <li>* 竹輪の磯辺天</li> <li>* カリフラワーのおかか和え</li> <li>* フルーツ</li> <li>* 小盛ご飯</li> </ul> <477kcal> おやつ ♥バレンタインデー♥ <196kcal>
16日	17日	18日	19日	20日
* 誕生日会 * <ul style="list-style-type: none"> <li>* 鮭のムニエル、タルタル添え</li> <li>* トマトとチーズのレモンマリネ</li> <li>* 大豆とベーコンのコンソメ煮</li> <li>* ご飯 * 豆乳スープ</li> </ul> <618kcal> おやつ 🍰誕生日プレート 🍰 <151kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 鰯の柚香焼き</li> <li>* 茄子とあさりのわさび和え</li> <li>* 佃煮</li> <li>* ご飯</li> <li>* 味噌汁</li> </ul> <445kcal> おやつ アップルパイ <131kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ソース焼きそば</li> <li>* さくらシューマイ</li> <li>* フルーツ</li> <li>* 小盛ご飯</li> <li>* 乳酸菌飲料</li> </ul> <538kcal> おやつ 抹茶あんどうら焼き <117kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 海老カツとじ</li> <li>* ひじきの和え物</li> <li>* 漬け物</li> <li>* ご飯</li> <li>* 味噌汁</li> </ul> <454kcal> おやつ みたらし団子 <134kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 鶏の煮物、煮玉子</li> <li>* 海藻ときのこの和風和え</li> <li>* 漬け物</li> <li>* ご飯</li> <li>* 味噌汁</li> </ul> <468kcal> おやつ ずんだおはぎ <135kcal>
23日	24日	25日	26日	27日
<ul style="list-style-type: none"> <li>* 酢豚</li> <li>* チョレギ風サラダ</li> <li>* 漬け物</li> <li>* ご飯</li> <li>* たまごスープ</li> </ul> <498kcal> おやつ 栗入りぜんざい <134kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* カレーライス（チキン）</li> <li>* かにマヨサラダ</li> <li>* らっきょう漬</li> <li>* フルーツ</li> <li>* 豆びよ</li> </ul> <588kcal> おやつ みかんたっぷりゼリー <82kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 鯖の味噌焼き</li> <li>* 高野豆腐の煮物</li> <li>* 切干大根のごま酢和え</li> <li>* ご飯</li> <li>* 吸い物</li> </ul> <576kcal> おやつ ブランデーケーキ <149kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 豆腐ステーキの具だくさんあんかけ</li> <li>* きこの海苔和え</li> <li>* 漬け物</li> <li>* ご飯</li> <li>* 味噌汁</li> </ul> <408kcal> おやつ * おこしもの作り * <205kcal>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 炊き込みご飯</li> <li>* コロッケ</li> <li>* ブロッコリーのごま和え</li> <li>* フルーツ</li> <li>* 味噌汁</li> </ul> <507kcal> おやつ ごへいもち <141kcal>

## 《厨房からのお知らせ》

寒い日が続いていますが体調など崩されてはいませんか？

今月の行事食は3日（火）に節分会食があります。

穴子の入った恵方巻きをメインに鰯や大豆を使用した料理など節分にちなんだ料理をご用意します。

13日（金）はバレンタインデーです♥愛情をたっぷり込めた手作りのガトーショコラプレートをおやつに提供します。

今月の行事食もお楽しみに💎



※ここに記載されている栄養価計算は常食の数値です。

\* 材料の仕入れの状況により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください