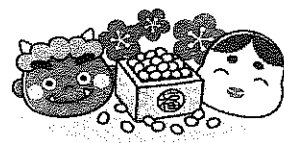




2月 献立表



月	火	水	木	金	土
2 ごはん 味噌汁 ふくさ焼き かぶの煮物 インゲンのおかか和え バウムクーヘン エネルギー 562kcal	3 節分 ちらし寿司 イワシのつみれ汁 五目豆 菜の花のくるみ和え おしるこ エネルギー 566kcal	4 ごはん 味噌汁 メバルの生姜煮 金平ごぼう かぼちゃサラダ オレンジゼリー エネルギー 547kcal	5 キーマカレー コンソメスープ オニオンサラダ 福神漬け 和のパンケーキ エネルギー 562kcal	6 わかめそば ひじき煮 もやしの梅肉和え チョコバナナ もみじ饅頭(クリーム) エネルギー 569kcal	7 ごはん 味噌汁 鶏肉の照り焼き ピーマン炒め 春菊のごま和え プリン エネルギー 563kcal
9 ごはん 中華スープ 豚肉のオイスターソース炒め さつま芋の昆布煮 かぶのもみ漬け 味噌まんじゅう エネルギー 578kcal	10 ごはん 味噌汁 アジの薬味焼き さつま揚げの煮物 茹で野菜サラダ カステラ エネルギー 573kcal	11 ごはん 中華スープ ニラ入りオムレツ キャベツ炒め カニマヨサラダ あんパン エネルギー 590kcal	12 ごはん 味噌汁 タラのマヨネーズ焼き かぶのとろとろ煮 インゲンのドレッシング和え イチゴスペシャル エネルギー 576kcal	13 ごはん 味噌汁 肉豆腐 ちくわの中華炒め 小松菜のポン酢和え ヨーグルト エネルギー 565kcal	14 郷土料理(愛知) もろこしうどん 味噌田楽 コールスローサラダ 煮豆 チョコババロア エネルギー 621kcal
16 ふりかけ御飯 すまし汁 ホッケの柚香焼き 車麩の煮物 菜の花の酢味噌和え スイスロール エネルギー 571kcal	17 ごはん 味噌汁 メンチカツ 南瓜の含め煮 インゲンのピーマン和え ミルククリーム煎餅 エネルギー 577kcal	18 ごはん 味噌汁 赤魚のみぞれ煮 ほうれん草の炒め物 マカロニサラダ 炭酸まんじゅう エネルギー 565kcal	19 ごはん すまし汁 鶏肉のねぎだれ みそポテト もやしの和え物 水ようかん エネルギー 573kcal	20 えびカレー コンソメスープ ミックスピクルス フルーツ ドーナツ エネルギー 566kcal	21 豚丼 味噌汁 白菜の煮びたし 香の物 そば饅頭 エネルギー 573kcal
23 ごはん コンソメスープ ポークチャップ スパゲティソテー フレンチサラダ せんべい エネルギー 561kcal	24 ごはん すまし汁 サバの味噌煮 ピーマンの炒め物 オクラとろろ和え マスカットゼリー エネルギー 575kcal	25 ピラフ コンソメスープ グリルチキントマトソース チーズサラダ パインムース エネルギー 570kcal	26 ごはん 味噌汁 和風かに玉 筍とピーマンの炒め物 なめ茸おろし 人形焼き エネルギー 568kcal	27 ごはん 味噌汁 おろしハンバーグ 炒り豆腐 胡瓜のもみ漬け どら焼き エネルギー 574kcal	28 ごはん 味噌汁 白身魚フライ 白菜の旨煮 春雨サラダ 焼きドーナツ エネルギー 583kcal



★ 今月の郷土料理 ★ 愛知県 『もろこしうどん』

岡崎名物もろこしうどんは、
釜上うどんの名店「大正庵釜春」で昭和51年頃に誕生しました
中華料理店の卵コーンスープをヒントに考案され、
メニューに登場するとあっという間に人気商品になったそうです。

献立は発注等の都合により、変更する事があります。

足立区日の出デイサービスセンター

2026

活動予定

2月

1	2	3	4	5	6	7
	節分祭 体重測定	節分祭 体重測定	二村PT 硬筆 理美容 体重測定	二村PT カラオケ 体重測定	カラオケ 体重測定	二村PT 硬筆 理美容 体重測定
8	9	10	11	12	13	14
	椎名PT カラオケ	二村PT 朗読会	二村PT 朗読会	寺尾PT 朗読会	脳トレ 生花 理美容	二村PT カラオケ
15	16	17	18	19	20	21
	脳トレ 理美容	二村PT カラオケ 園児交流会 理美容	二村PT カラオケ	寺尾PT 脳トレ 生花	室崎PT 卓上レク	二村PT 脳トレ
22	23	24	25	26	27	28
	椎名PT カレンダー作 り	二村PT カレンダー作 り	二村PT カレンダー作 り	二村PT カレンダー作 り 理美容	室崎PT カレンダー作 り	二村PT カレンダー作 り

< 今月のかりんグループ活動 >

★ カレンダー作り・節分祭

★ レクリエーション

* お天気の良い日はお散歩も実施していきます。予定は変更させて頂くことがあります。