

ケアハウス ふねひき福寿荘の食事

《お料理クラブ》

★ちらし寿司★



★天ぷら・浅漬け★



月2回のみそ汁作り、月1回昼食を作りを担当を決めて入居者様と職員と一緒に作っています。ケアハウスで採れた野菜などを使った献立、懐かしい料理や作りたい料理などを中心に楽しく作っています。

《入居者懇談会・誕生日会・夏祭り》

★サンドイッチ★



★夏祭りメニュー★



毎月第4木曜日には誕生日会が開催されます。誕生者の要望に合わせたメニューを提供しています。8月は夏祭りがありました。

月間献立表

ケア(A)

日付	08月01日(火)	08月02日(水)	08月03日(木)	08月04日(金)	08月05日(土)
期	御飯 ツナポテト ほうれん草の生姜和え あみ佃煮 味噌汁(大根・大根葉 牛乳(Ca)	御飯 白菜の煮浸し 温泉卵 椎茸佃煮 味噌汁(なす・南瓜 牛乳(Ca)	御飯 だし巻たまご 茄子油炒め ふりかけ(たらこ 味噌汁(さつま芋・水菜 牛乳(Ca)	御飯 ハムともやしのカレーソー ちんげん草の朝えぎ和え しそ昆布 味噌汁(かぶ・かぶの葉 牛乳(Ca)	御飯 京がんとみの煮物 ブロッコリーのピーナッツ和え 梅干し 味噌汁(大根・オクラ 牛乳(Ca)
昼	御飯 菜めし御飯 白身魚フライ 付けやわ'水菜・ニンジン 豚バラ大根 メロン 味噌汁(豆腐・わかめ)	御飯 ガリバタチキン モロヘイヤの和え物 マカロニサラダ 味噌汁(小松菜・高野豆腐)	御飯 く夏祭り メニュー	御飯 酢豚 海菜サラダ マンゴー ワンタンスープ	煮ごぼん めぬめの香味焼き 付)オクラ浸し 鶏肉とごぼうの旨煮 とろろけん 味噌汁(豆腐・なめこ)
昼間食	おやつ(バームクーヘン)	おやつ(シフォンケーキ)	おやつ(チョコレート馒头)	おやつ(バナナアイス)	おやつ(ヨーグルトパエリア)
夕	御飯 牛肉のしぐれ煮 天盛)万能ネギ 南瓜の甘煮 漬物(しば漬) すまし汁(あさり・ねぎ)	御飯 麻婆豆腐 切干大根の中葉サラダ 杏仁みかん 中華スープ(キャベツ・木耳)	御飯 豚肉の玉葱ソース炒め じゃが芋の煮物 べったら漬 味噌汁(冬瓜・貝割れ大根)	御飯 さばのみそ漬け焼き 付)なす漬し 春雨の酢の物 味噌汁(冬瓜・貝割れ大根)	御飯 豚肉とレタスの焼肉 もやしの中華和え 漬物(沢庵漬) 味噌汁(里芋・ちんげん菜)
日付	08月06日(日)	08月07日(月)	08月08日(火)	08月09日(水)	08月10日(木)
期	くみんなの日曜日 中華粥 黒豚の肉団子 付)野菜炒め 味噌汁(キャベツ・椎茸 カフェオレ	御飯 ちくわの甘辛煮 もやしのピーナッツ和え ふりかけ(しそ 味噌汁(白菜・厚揚げ 牛乳(Ca)	御飯 いんげんの五目炒め 納豆 さつま芋甘煮 味噌汁(白菜・うずめ 牛乳(Ca)	御飯 ベーコンと小松菜の炒め なめたけおろし 漬物(赤しそ)の寒 味噌汁(冬瓜・水菜 牛乳(Ca)	御飯 野菜つみれの煮物 ほうれん草のわさび和え 梅干し 味噌汁(さつま芋・玉葱 牛乳(Ca)
昼	くみんなの日曜日 たいめいけん特製ハヤシ 豆腐野菜ハンバーグ 付)ほうれん草ソー 味噌汁(白菜・いんげん	御飯 かかれいの煮付け 付)オクラ・花人参 里芋の味噌煮 きゅうりの沢庵和え く味噌汁作り	夏野菜カレー チーズサラダ フルーツポンチ 味噌汁(ほうれん草・揚げ	御飯 八宝菜 もやしの中華和え バイン缶 中華スープ	御飯 く料理クラブ ちらし寿司 なすとピーマンの味噌炒め きゅうりの漬物 すまし汁
昼間食	おやつ(豆乳プリン)	おやつ(羊羹)	おやつ(どら焼き・抹茶あん)	おやつ(マスカットゼリー)	おやつ(チョコドーナツ)
夕	くみんなの日曜日 うなぎごはん うかにの量ね蒸し おろし和え 漬物(桜大根 味噌汁(もやし・小松菜)	御飯 豚肉と野菜のオイスター炒め 切干大根の胡麻マヨ和え 黄桃缶 味噌汁(ほうれん草・高野豆腐)	御飯 赤魚のみりん焼き 付)大根おろし・菊 豆腐チンブール やわらかわかめ煮 味噌汁(きゅうり・絹さや	御飯 かに入りクリームコロッケ 付)キャベツ・水菜・トマト ちくわと玉葱のソー オクラ湯葉和え 味噌汁(卵・椎茸)	御飯 和風チキンステーキ 付)タコ入ハッティ 里芋のうま煮 ブロッコリーごま和え 味噌汁(煙菜・えのき
日付	08月13日(日)	08月14日(月)	08月15日(火)	08月16日(水)	08月17日(木)
期	煮ごぼん うまい菜と厚揚げのとり煮 山芋とろろ あみ佃煮 味噌汁(大根・おつゆ 牛乳(Ca)	御飯 高野豆腐の卵とじ キャベツとかにかまのサラダ ふりかけ(たらこ) 味噌汁(もやし・うずめ 牛乳(Ca)	御飯 ブレンオムレツ キャベツのコンソメ煮 かつおおおか 味噌汁(ちんげん菜・油揚げ 牛乳(Ca)	御飯 切干大根の子炒り 納豆 漬物(胡瓜漬) 味噌汁(里芋・いんげん 牛乳(Ca)	御飯 はんぺんの煮物 カリフラワーのさばりサラ 椎茸佃煮 味噌汁(モロヘイヤ・玉葱 牛乳(Ca)
昼	御飯 豚肉のボン酢炒め 切干大根サラダ 漬物(胡瓜漬) 味噌汁(卵・木耳)	く盆蒸 十五穀米 夏野菜天ぷら盛り合わせ 付)オクラ おろし てんつゆ 五色なます 漬物(しば漬)	御飯 ぶりのこってり煮 付)オクラ 白菜の梅肉和え ほうれん草ソー 味噌汁(さつま芋・玉葱)	御飯 焼き肉(牛肉 付)アロカリ 春雨の中華和え こゆず 味噌汁(じゃが芋・わかめ)	御飯 豆腐ハンバーグの肉味噌がけ 付)ブロッコリー 卵豆腐冷やしかにあんかけ こゆず すまし汁(小松菜・大根の葉
昼間食	おやつ(アイスクリーム)	おやつ(黒糖馒头)	おやつ(蒸しパン)	おやつ(エクレー)	おやつ(焼きプリンタルト)
夕	御飯 たらの南蛮漬 冬瓜のかしらあんかけ きやらぶき 味噌汁(キャベツ・いんげん	御飯 さば山椒味噌焼き 付)大根おろし 豚肉と刻み昆布の煮物 ポテトサラダ 味噌汁(小松菜・椎茸)	御飯 鶏肉のハニーマスタード焼き 付)ブロッコリー ごぼうの甘辛炒め 漬物(しば漬) 味噌汁(冬瓜・大根の葉)	御飯 松風焼き もやし炒め 金時豆 なめこ汁(なめこ・葱)	御飯 赤魚の煮付け 付)大根おろし 小松菜の炒め物 漬物(干切沢庵 味噌汁(かぶ・厚揚げ)
日付	08月20日(日)	08月21日(月)	08月22日(火)	08月23日(水)	08月24日(木)
期	御飯 豆腐サンドの煮物 ほうれん草と白菜の和え物 うめぼし 味噌汁(なす・いんげん 牛乳(Ca)	御飯 ミートボール 里芋の煮物 ふりかけ(たらこ 味噌汁(大根・にら 牛乳(Ca)	御飯 一口がんとみの煮物 春菊の和え物 うずら豆 味噌汁(冬瓜・大根葉 牛乳(Ca)	御飯 炒り豆腐 白菜の梅肉和え 漬物(沢庵漬) 味噌汁(わかめ・うずめ 牛乳(Ca)	御飯 ベーコンと野菜のサチャア炒め ポテトサラダ 漬物(桜大根 味噌汁(玉葱・かぶ葉 牛乳(Ca)
昼	バターロール ハンバーグデミソースかけ 付)粉ふき芋・フロッグ ラトウユ バナナ コンソメスープ(わかめ・ねぎ く味噌汁作り	御飯 煮しめ鶏天ぷら 付)粉ふき芋・フロッグ 冬瓜とちくわの煮物 ちんげん菜のお浸し く味噌汁作り	御飯 白身魚のボン酢かけ 付)アロカリ ボン酢たれ 麻婆なす めかぶ 味噌汁(煙菜・うずめ)	御飯 チキンチャップ 付)アロカリ かぶの洋風煮 パンブキンサラダ 味噌汁(卵・しいたけ)	くあなごちらし あなごちらし 塩麹煮前煮 小松菜のお浸し 一品)梨 すまし汁(てまり麴・三ツ葉
昼間食	おやつ(ぶどうゼリー)	おやつ(カステラ)	おやつ(マンゴープリン)	おやつ(バナナロールケーキ)	おやつ(アイスクリーム)
夕	御飯 あじのみりん焼き 付)小松菜が-リックソー 冬瓜と豚バラの煮物 漬物(きゅうり漬) 味噌汁(里芋・オクラ)	御飯 ピリ辛肉豆腐 ポテトサラダ 漬物(つば漬) 味噌汁(卵・しめじ)	御飯 豚肉の葱塩炒め もやしの中華和え ごぼうサラダ かき卵汁(卵・水菜)	御飯 さばの糠焼き 付)大根おろし じゃが芋のそぼろ煮 黄桃缶 味噌汁(冬瓜・かぶの葉)	御飯 中華風卵焼き 中華あん かぼちゃの煮物 モロヘイヤとオクラのお浸し 味噌汁(かぶ・ちんげん菜)
日付	08月27日(日)	08月28日(月)	08月29日(火)	08月30日(水)	08月31日(木)
期	御飯 車麩と里芋の煮物 白菜のなめたけ和え しそ昆布 味噌汁(玉葱・小松菜 牛乳(Ca)	御飯 野菜の卵とじ ちんげん菜の和え物 ふりかけ(しそ 味噌汁(なす・油揚げ 牛乳(Ca)	煮ごぼん 生揚げの味噌炒め 山芋とろろ 漬物(胡瓜漬) 味噌汁(キャベツ・オクラ 牛乳(Ca)	御飯 はんぺんの煮物 温泉卵 椎茸佃煮 味噌汁(もやし・絹さや 牛乳(Ca)	御飯 小松菜の煮浸し 納豆 漬物(沢庵漬) 味噌汁(玉葱・絹さや 牛乳(Ca)
昼	冷やしつねうどん 茄子の揚げ浸し バナナ	御飯 ぶりの照焼き 付)ほうれん草・コーン 胡瓜とワカメの酢の物 切干大根の煮物 すまし汁(卵・にら)	枝豆御飯 和風鶏唐揚げ 付)サニーレタス・トマト れんこんきんぴら りんご缶 味噌汁(あさり・水菜)	御飯 白身魚のタルタル焼き 付)人参グラッセ・アスパ さつま揚げと昆布の炒り煮 漬物(赤しそ)の寒 味噌汁(なす・みょうが)	御飯 メンチカツ 付)赤いキャベツ・ニンジン かぶの煮物 めかぶ すまし汁(小松菜・ねぎ)
昼間食	おやつ(みかんゼリー)	おやつ(ストロベリーパエリア)	おやつ(コーヒゼリー)	おやつ(黒糖馒头)	おやつ(ぶどうゼリー)
夕	御飯 牛肉コロッケ 付)コーンスロー・レド'オニ いんげんの炒め煮 漬物(べったら漬) 味噌汁(ほうれん草・おつゆ	御飯 肉団子の酢豚風 グリーンサラダ バイン缶 ワンタンスープ	御飯 赤魚の煮付け 共)ごぼう いんげんの炒め物 茶福豆 味噌汁(大根・大根の葉)	御飯 豚肉の高菜炒め マカロニサラダ みかん缶 味噌汁(煙菜・高野豆腐)	御飯 かかれいの梅肉焼き 付)ほうれん草お浸し なすとピーマンの炒め物 やわらかわかめ煮 味噌汁(里芋・小松菜)