

かとれあ

1週間の献立

2026年
(令和7年)

1月28日

～

2月3日

日	28	29	30	31	1	2	3
曜日	水	木	金	土	日	月	火
朝	主食	ロールパン	ご飯	ご飯	菓子パン	ご飯	ご飯
		味噌汁 バナナ	味噌汁 白菜の炒め物	味噌汁 かぶと油揚げの煮物	スープ フルーツ缶	味噌汁 竹輪とれんこんの炒め物	味噌汁 ひじき煮
	副食		ピーマンと春雨の炒め煮 海苔佃煮	ゆで卵サラダ ピーナッツ和え		マカロニサラダ 山形のだし	菜の花の辛子和え 梅干し
	飲み物		飲み物	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物
昼	主食	里芋ご飯	ご飯	シーフードピラフ	ご飯	ご飯	牛丼
		卵とじうどん	鶏肉の唐揚げ	きのこの甘辛煮	豚肉の生姜焼き	鱈の西京焼き	はんぺんの磯辺揚げ
	副食	白菜とむきえびの中華炒め ブロッコリーサラダ	豆腐チャンプル マッシュポテサラ	大根サラダ 小松菜のポタージュ	ツナじゃが 春雨のわさびマヨサラダ	高菜と豚肉の炒り煮 柚子風味なます	ほうれん草の白和え のっぺい汁
		ヨーグルト和え	白菜のとろみスープ パイナップル	オレンジジュース 寒天	若布スープ みかん	そうめん汁	りんごのコンポート
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	うな井	ご飯	ご飯
		鶏肉と野菜のカレーソース レタスサラダ	赤魚の煮付 大豆のトマトソース	チャブチェ さつま芋の煮物	白菜のかに風味煮 小松菜のお浸し	チンジャオロース かぼちゃの煮付	牛肉と野菜のジェノベーゼソース 茄子の生姜煮
	副食		キャベツの酢の物	若布と青梗菜のさっぱり和え	かき玉汁	高野の中華あんかけ	カリフラワーのミモザサラダ
						中華スープ	豆腐スープ

特別

【ひとくちコメント】

特別

の印は特別メニューです

先週からの厳しい寒波の影響で『かとれあ畑』の「白菜」に被害が出るのではと心配していましたが、今のところ大丈夫そうです。今年は葉が巻いて玉になる白菜と、どうしても巻かない白菜がありますが、玉になった白菜を先日試しに収穫すると2.5kg前後に成長していました。これからしばらくはかとれあ畑の白菜だけで皆様のお食事はまかなえそうです。白菜のほか、ほうれん草や小松菜、サニーレタス、大根なども引き続き食材として使用します。また、「菜の花」は昨年より栽培量が少ないため、なかなかお出しする事が出来ませんが、2月3日節分の『恵方巻御膳』の恵方巻の芯の具材に入れて召し上がって頂きます。特別メニューとして、実演でお出しする予定の温かい「豚南蛮そば」と「恵方巻き」をお楽しみに。（今年の恵方は「南南東」です）



『かとれあ畑』の白菜