

# 令和7年 2月 献立表

## デイサービスせいかつCAN黒崎

※ 献立は変更する場合がございます。あらかじめご了承ください

今年の節分は2/2

「節分」と言われたら2/3と答える人も多いでしょう。

しかし、2/3は固定ではなく、地球の公転周期が丸一年ではないことが原因で定期的に節分の時期がズレるとされています。そのズレを調整するために今年は2/2となっています。

2/2が節分となったのは、なんと、124年ぶりということです。

西  
暦  
や  
や  
西



1

土

散らし寿司  
鶏肉の八幡巻き  
ひじきと大豆の煮物  
お味噌汁  
ヤクルト

エネルギー 596 kcal

食塩相当量 4.2 g

3

月

4

火

5

水

6

木

7

金

8

土

きつねうどん  
おにぎり  
大根なます  
黒豆  
ヤクルト

ごはん  
鯖の梅煮  
ポテトサラダ  
お吸い物  
ヤクルト

ごはん  
八宝菜  
焼き餃子  
かきたま汁  
ヤクルト

茄子とひき肉のカレー  
オクラとひじきの和え物  
コンソメスープ  
りんごゼリー  
ヤクルト

ごはん  
豚肉の味噌漬け焼き  
マカロニサラダ  
お吸い物  
ヤクルト

ごはん  
鮭のバター醤油焼き  
南瓜のサラダ  
お味噌汁  
ヤクルト

エネルギー 441 kcal

エネルギー 500 kcal

エネルギー 605 kcal

エネルギー 692 kcal

エネルギー 571 kcal

エネルギー 492 kcal

食塩相当量 4.9 g

食塩相当量 2.6 g

食塩相当量 3.3 g

食塩相当量 4.5 g

食塩相当量 3.2 g

食塩相当量 2.7 g

10

月

11

火

12

水

13

木

14

金

15

土

ごはん  
鯖の味噌煮  
白和え  
お吸い物  
ヤクルト

鍋  
パーティー

ごはん  
カレーの煮つけ  
ジャガイモのソテー  
お味噌汁  
ヤクルト

ごはん  
鶏肉のさっぱり煮  
焼きビーフン  
お吸い物  
ヤクルト

ごはん  
エビ団子と野菜の煮物  
ブロッコリーの卵炒め  
お味噌汁  
ヤクルト

親子丼  
小松菜の和え物  
えのきスープ  
果物  
ヤクルト

エネルギー 557 kcal

エネルギー 575 kcal

エネルギー 503 kcal

エネルギー 559 kcal

エネルギー 471 kcal

エネルギー 537 kcal

食塩相当量 2.9 g

食塩相当量 2.5 g

食塩相当量 3.5 g

食塩相当量 3.3 g

食塩相当量 3.5 g

食塩相当量 2.9 g

17

月

18

火

19

水

20

木

21

金

22

土

ごはん  
豚の生姜焼き  
青梗菜のお浸し  
赤だし汁  
ヤクルト

けんちんそば  
おにぎり  
卵豆腐  
果物  
ヤクルト

京都料理

ごはん  
鯖の塩焼き  
炒り豆腐  
お味噌汁  
ヤクルト

ごはん  
チキンカツ  
オクラのごま和え  
お味噌汁  
ヤクルト

ごはん  
ぶり大根  
スパゲティサラダ  
お吸い物  
ヤクルト

エネルギー 508 kcal

エネルギー 528 kcal

エネルギー 451 kcal

エネルギー 536 kcal

エネルギー 588 kcal

エネルギー 543 kcal

食塩相当量 3.5 g

食塩相当量 4.1 g

食塩相当量 2.3 g

食塩相当量 2.9 g

食塩相当量 2.9 g

食塩相当量 2.4 g

24

月

25

火

26

水

27

木

28

金

ごはん  
赤魚の野菜あんかけ  
茄子の煮浸し  
お味噌汁  
ヤクルト

ごはん  
鶏肉の柚子風味焼き  
オクラとひじきの和え物  
お吸い物  
ヤクルト

おでん  
パーティー

ロールパン  
デミハンバーグ  
きゅうりの酢の物  
お吸い物

ごはん  
魚の梅マヨネーズ焼き  
切干大根  
お味噌汁  
ヤクルト



エネルギー 437 kcal

エネルギー 495 kcal

エネルギー 500 kcal

エネルギー 526 kcal

エネルギー 457 kcal

食塩相当量 2.9 g

食塩相当量 2.6 g

食塩相当量 5.0 g

食塩相当量 3.9 g

食塩相当量 2.5 g