

鬼は外、福は内の厄除けでもおなじみですが、最近では恵方に向けて恵方巻きをもくもくとほおぼる事も定番となってきました。未来でも節分メニューで昼食を楽しみました。



有料老人ホーム

2月号

令和三年

未来

だよ

発行：有料老人ホーム未来
作成編集：広報委員会
発行日：令和3年2月10日

No.24

貼り絵

小さな梅の花を貼り合わせて大きな花に仕上げました。迫力のある赤鬼青鬼！節分豆も立体的に仕上がりました。



豆まき



工作

おりがみで好きな色を使って鬼を折りました！赤鬼！青鬼！黄色い鬼もいましたよ！



紙面において写真掲載は各個人及びご家族様の同意を得ています。

〒799-3703

愛媛県宇和島市吉田町東小路甲 14-5

有料老人ホーム未来

TEL 0895-49-5555

FAX 0895-49-5556



令和2年9月30日に介護労働安定センターを通じて当施設のホームページを開設いたしました。

1. URL:<https://care-net.biz/38/yoshimaru1930/>
2. 「カイゴホームページナビ」(カタカナ入力)を検索
 - ① 「愛媛県」を選ぶ
 - ② 「宇和島市」を検索





現 場：有料老人ホーム 未来
献立種類：常食（個別献立）
期 間：2021/2/1～2021/2/28

日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	
朝食 	米飯130g 味噌汁（里芋） はんぺんの煮物 金時豆 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（厚揚げ） ひじき煮 のり佃煮 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（豆腐） 切干大根煮 ねり梅 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（玉ねぎ） 煮びたし（小松菜） 金時豆 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（しめじ） 卵焼き 大根おろし のり佃煮 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（里芋） 高野煮 漬物（たくあん） フルーツ 牛乳	
昼食 	赤飯 魚のマヨネーズ焼き 大根旨煮 小松菜のピーナッツ和え フルーツ 赤だし（なめこ）	巻きずし イワシ生姜煮 五目煮豆 三色和え フルーツ 吸物（そうめん）	米飯130g 鶏チリ かぶの煮物 ほうれん草の和え物 フルーツヨーグルト 吸物（絹ごし）	わかめごはん おでん きゅうりの胡麻和え アスパラソテー フルーツ	米飯130g ブルコギ風 煮浸し（白菜） ほうれん草の和え物 フルーツ 味噌汁（玉ねぎ）	米飯130g 魚のムニエル マカロニサラダ キャベツのピーナッツ和え バナナ 吸物（木綿豆腐）	
夕食	米飯130g 牛肉としめじのケチャップ炒め キャベツ煮浸し 酢の物（もやし） 吸物（えのきだけ ふ）	米飯130g 焼き餃子 さつま芋のサラダ ピーンソテー 味噌汁（しめじ）	米飯130g 揚げ豆腐 さといも煮 キャベツの和え物 味噌汁（ふ）	米飯130g 魚のちゃんちゃん焼き 煮物（かぼちゃ） 白和え 吸物（とろろ昆布）	米飯130g 魚の塩麹焼き 豆腐とあさりの炒め物 酢の物（カリフラワー） 吸物（麩）	米飯130g ハンバーグ スパゲティソテー 粉ふき芋 味噌汁（わかめ ねぎ）	
7	8	9	10	11	12	13	
朝食	菓子パン ポテトサラダ ゆで卵 コーンスープ フルーツ	米飯130g 味噌汁（じゃが芋） 野菜炒め のり佃煮 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（かぼちゃ） ひじき煮 金時豆 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁 炒り豆腐 昆布 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（豆腐） 切干大根煮 漬物（たくあん） フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（わかめ ねぎ） 卵焼き 大根おろし のり佃煮 フルーツ 牛乳	
昼食	米飯130g 松風焼き 大根とカニカマ和え 煮びたし（小松菜） フルーツ 味噌汁（わかめ ねぎ）	米飯130g 魚のしょう油焼 長芋煮 ほうれん草のごま和え フルーツ 吸物（えのきだけ ふ）	米飯130g チキン南蛮 はんぺんの煮物 ほうれん草の和え物 フルーツ 味噌汁（玉ねぎ）	おにぎり きつねうどん 煮物（かぼちゃ） キャベツの和え物 フルーツポンチ	米飯130g 鶏肉のトマト煮 大根旨煮 小松菜のゆかり和え 豆腐と卵のスープ フルーツ	米飯130g 豚肉のピカタ 筑前煮 キャベツの和え物 味噌汁（わかめ ねぎ） フルーツ	米飯130g 豚肉のマーマレード煮 ジャーマンポテト 小松菜の和え物 味噌汁（玉ねぎ） フルーツ
夕食	米飯130g 八宝菜 餃子 キャベツの甘酢和え ベーコンスープ	米飯130g すき焼き 春雨の酢の物 小松菜の和え物 味噌汁（なす）	米飯130g 魚のおろし煮 じゃがいも煮 いそあえ 吸物（えのきだけ）	米飯130g 豚しょうが焼き なすの煮物 酢の物（きゅうり） 味噌汁（しめじ）	米飯130g 魚のバターしょう油焼き きんぴらごぼう マカロニサラダ 味噌汁（ふ）	米飯130g 揚げ豆腐 なすの旨煮 酢の物（きゅうり） 三つ葉の吸物	米飯130g オムレツ 長芋煮 プロッコリーのツナマヨ和え コンソメスープ
14	15	16	17	18	19	20	
朝食	菓子パン ハムサラダ スクランブルエッグ バナナ コーンスープ	米飯130g 味噌汁（しめじ） 高野煮 漬物（はくさい） フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（里芋） もやしソテー ねり梅 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（豆腐） イワシ生姜煮 金時豆 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（厚揚げ） 卵焼き 大根おろし 昆布 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（豆腐） 野菜炒め 漬物（かぶ） フルーツ 牛乳	
昼食	米飯130g 魚のムニエル 五目煮 白和え フルーツ 吸物（とろろ昆布）	チキンライス ポテトコロッケ（肉） マカロニサラダ 杏仁豆腐 かき卵スープ	おにぎり お好み焼き はんぺんの煮物 小松菜のピーナッツ和え バナナ 味噌汁（わかめ ねぎ）	米飯130g 五目豆腐 ふるふき大根 ほうれん草のごま和え 味噌汁（小松菜） フルーツ	米飯130g 魚のカレー焼き 肉じゃが 絹さやの卵とじ フルーツ 吸物（えのきだけ ふ）	米飯130g 親子丼 かぶの煮物 白和え 味噌汁（大根） フルーツ	米飯130g 魚のフライ スパゲティサラダ 卵の花 フルーツ 赤だし（わかめ）
夕食	米飯130g 魚の煮つけ かぶの煮物 酢の物（もやし） 吸物（麩）	米飯130g えびマヨ 冬瓜のかにあんかけ ほうれん草の和え物 味噌汁（ふ）	米飯130g 魚の西京焼き 煮物（かぼちゃ） アスパラソテー けんちん汁	米飯130g ロールキャベツ さつまいも甘煮 春雨の酢の物 中華スープ（カニカマ）	米飯130g 牛肉ときのこのソテー 長芋煮 大根とカニカマ和え 味噌汁（玉ねぎ）	米飯130g 魚のおろし煮 小松菜のソテー キャベツの和え物 吸物（えのきだけ）	米飯130g 豚肉のピカタ 五目煮豆 ほうれん草の和え物 吸物（木綿豆腐）
21	22	23	24	25	26	27	
朝食	菓子パン ウナ オムレツ バナナ コーンスープ	米飯130g 味噌汁（しめじ） イワシ生姜煮 昆布 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（豆腐） ひじき煮 昆布 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（玉ねぎ） 高野煮 フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁（里芋） 卵焼き 大根おろし 漬物（きゅうり） フルーツ 牛乳	米飯130g 味噌汁 煮物（がんも） ねり梅 フルーツ 牛乳	
昼食	米飯130g 豚肉のバーベキュー焼き 五目煮 小松菜のピーナッツ和え 中華スープ（カニカマ） フルーツ	散らし寿司 鶏照り焼き さといも煮 ほうれん草のごま和え フルーツ 吸物（木綿豆腐）	米飯130g 鶏のマーマレード煮 長芋煮 ほうれん草の和え物 味噌汁（わかめ ねぎ） フルーツ	米飯130g 魚の野菜あんかけ さつまいも甘煮 ぬた和え 味噌汁（ふ） フルーツ	カレーライス チキンカツ サラダ フルーツ ワカメスープ	米飯130g 柳川風 ほうれん草のごま和え 五目煮豆 味噌汁（豆腐） フルーツ	米飯130g 魚の西京焼き さといも煮 白和え 吸物（麩） フルーツ
夕食	米飯130g 魚の煮つけ 小松菜のソテー キャベツの甘酢和え 豚汁	米飯130g えびマヨ 煮浸し（白菜） サラダ 味噌汁	米飯130g 魚のタルタル焼き なすそぼろ煮 酢の物（もやし） けんちん汁	米飯130g 焼売 かぶのかにあんかけ 春雨の和え物 春雨のサラダ かき卵スープ	米飯130g 揚げ豆腐 プロッコリーソテー 小松菜の和え物 味噌汁（大根）	米飯130g 魚のちゃんちゃん焼き れんこんきんぴら 小松菜の和え物 吸物（えのきだけ ふ）	米飯130g 豚しょうが焼き マカロニサラダ いんげんごま和え 味噌汁（わかめ ねぎ）
28							
朝食							菓子パン ベーコンサラダ スクランブルエッグ バナナ コーンスープ
昼食							米飯130g 麻婆豆腐 餃子 春雨の酢の物 中華スープ（カニカマ）
夕食	米飯130g 魚のおろし煮 じゃがいも煮 いそあえ フルーツ 味噌汁（なす）						