グランデージ北湖南『安心ハウス』 平成 28年 1月 献立表

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						1日	2日
朝						ご飯・牛乳・雑煮汁（干しシイタケ・鶏肉・大根・人参・餅・ごぼう）・プレート盛り（とりハ番巻き・レタス・黒豆・岩石卵・板かま・土佐煮）・昆布巻き・酢の物（なます・カニかまフレーク・香の物	ご飯・雑煮汁（鮭・干しシイタケ・大根・人参・だし汁・餅・ごぼう）・牛乳・プレート盛り（とり肉と卵の甘露煮・伊達巻・かまぼこ・みかん）・ブロッコリー）・コンニャクのかか煮（鰹節・生姜　こんにゃく）・香の物
昼						ごまたれきし麺（きしめん・大根・油揚げ・豚バラ・人参・長葱・ほうれん草・ねりごま）・白和え（豆腐・すりごま・京人参・小松菜）・焼き魚（サーモン）・マンゴーヨーグルト・煮ちんご・香の物（胡瓜漬）	味噌そぼろそうめん（そうめん・味噌そぼろ）・温泉卵・盛合せ（マシュポテト・ビストロ巻き・みかん・黒豆・芋と枝豆の巾着）・うま煮・香の物（白菜の醤油漬け）
夕						ご飯　・和風スープ（生麩・レタス・絹豆腐）・サイコロステーキ（サイコロステーキ・ジンジャーソース・フライドポテト・小松菜・カーネルコーン）・錦卵あんかけ（オクラ・里芋・卵・南瓜・だし汁）・桜餅・三色なます（いくら・なます）・香の物（白菜醤油漬け）	ユリ根炊込みご飯（ユリ根・塩）・みそ汁（大根・京人参・ごぼう・長葱）・盛合せ（鮭けんらん・レタス・トマト・小松菜のお浸し・花かつお）・うま煮（京人参・南瓜・がんも）・香の物（三色漬け）・数の子・黒豆
	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
朝	ご飯・味噌汁（ネギ　南瓜・ワカメ）・牛乳・ホタテ入り厚焼き玉子（ホタテのヒモ・卵・八幡巻き・大根おろし・ミニトマト）・竹の子の土佐煮（竹の子・コンニャク・醤油・砂糖・醤油）・香の物（酢の物）・鮭の昆布巻き	ご飯・味噌汁（はんぺん　人参　地のり）・牛乳・鯖水煮の山かけ（長芋　卵黄　醤油）・ほうれん草の磯和え（ほうれん草・人参・佃煮）・香の物・煮豆	ご飯・味噌汁（ほうれん草・玉葱・卵）・牛乳・キャベツのマフラー煮（人参・てんぷら・キャベツ・ひじき　本しめじ　青葉）・納豆（しらす　長葱）・くだもの（バナナ・柿）・香の物（新漬け）	ご飯・味噌汁（かぶの茎　地のり）・牛乳・焼き魚（魚　大根おろし　トマト）・高野豆腐の卵とじ（カット高野豆腐　人参　味付き椎茸　いんげん　卵）・数の子松前	七草がゆ（七草セット）・味噌汁（南瓜　花麩　ミツ葉）・牛乳・盛合せ（はんぺんチーズサンド・チーズカット・生野菜）　・大豆とひじきの炒め煮（茹で大豆　いんげん　にんじん　ごぼう　ひじき　とり肉）・香の物（白菜醤漬け）	ご飯・味噌汁（豆腐　ふのり　ネギ）・牛乳・煮物（京がんも　大根　こんにゃく　本シメジ　地ふき）・温泉卵・香の物（胡瓜の味噌漬け）・南瓜のミルク煮・塩から	ご飯　・味噌汁（豆腐　ごぼう　大根葉）・牛乳・つくね串盛り合わせ（つくね串　キャベツ・人参・ブロッコリー・トマト）・三色きんぴら（ごぼう・人参・ピーマン）・香の物（味噌漬け）・もずく餡
昼	塩ラーメン（スープ　豚ガラ・焼き豚・メンマ・白菜　ラーメン　もやし　人参　長葱　切散・ゆで卵・小松菜）・はらこ飯（鮭・ご飯・いくら）・香の物（甘酢生姜・なます）	焼きたてパン（オニオンぱん・南瓜パン・練乳パン・お米ロール玉子サンド・ハム＆玉子）・人参のポタージュ（人参・玉葱　牛乳　生クリーム・粉バセリー・クラッカー）・サラダ（サーモン・玉葱・胡瓜）・コーヒー・紅茶	休	・スープカレー（とり肉　揚げ茄子　南瓜　玉葱　ゆで卵　人参）・ご飯・サラダ（海藻・レタス・きゅうり）・香の物（らっきょ・福神漬け）	スープ（玉葱　肉団子・ピーマン）・炊き込みピラフ（玉葱　ベーコン　ミックスV　コンソメ　バター）・サラダ（生ハム　胡瓜　レタス　大根）・福神漬・デザート（苺プリン・イチゴジャム）	なめこそば（なめこ・大根おろし・ほうれん草・長ネギ・干しそば）・てまり寿し（酢飯・しめさば・とびっこ和え・きゅうり）・デザート（イチゴゼリー・イチゴジャム・）	スープ（生姜　野菜　ミックスV）・たらこスパゲッティー（玉葱　ピーマン・たらこソース・生クリーム・オリーブオイル・ニンニク・パスタ）・サラダ（リンゴ・マヨネーズ・ブロッコリーすりごま）
夕	ご飯・みそ汁（豆腐・揚げ・ねぎ）・ウナギの柳川（ウナギの蒲焼・土ごぼう・たけのこ・玉葱・三つバ・玉子・生椎茸）・フルーツヨーグルト（バナナ・フルーツ缶・ヨーグルト）・香の物（たくあん）・小松菜お浸し	ご飯・中華スープ（わかめ　メンマ　春雨）・手作り餃子（餃子の皮・合いびき肉・白菜・にら・ニンニク・トマト）・中華サラダ（中華クラゲ　胡瓜　人参　もやし）・香の物（ナス・胡瓜）・豚バラとピーマン炒め（豚バラ・ピーマン・玉葱）	ご飯・赤だし味噌汁（なめこ　絹豆腐　万能ねぎ）・お刺身盛り合わせ（ひらめ・ホタテ・いか　えび　大根ケン　大葉）・ズイキの炒め煮（人参　生揚げ　こんにゃく　青葉）・めかぶの茎・もずくさんしょうの茎	ご飯・味噌汁（ちじみ菜　すり身）・ササミのピカタ焼き（とりササミ　・チーズ・豚ロース・生野菜　青のり　トマト）・奴豆腐（大根おろし　なめたけ）・香の物（きゃべつ醤油漬け）	大根とキノコの炊込みご飯（大根・本シメジ・ごぼう・えのきだけ・人参・鶏肉）・盛り合わせ（厚焼き玉子大葉入り・小松菜・コロッケ・カレー包みメンチ）・酢味噌和え（イカ松毬・胡瓜・わかめ・みそ）・香の物（白菜しょう油漬け）	ご飯・味噌汁（なめこ・ほうれん草・のり）・揚げい豆腐（豆腐・えのきだけ・万能ねぎ・えのき・大根おろし・にら・ごぼう）・コールローサラダ（キャベツ　新玉葱　りんご　コーツスロー）・香の物	ご飯・味噌汁（小松菜　あげ　はんぺん）・干魚（干魚　甘酢大根　菊海苔　ウインナー）・高野豆腐の含め煮（高野豆腐・人参　本しめじ　いんげん）・香の物（なす　たくあん）
	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
朝	ご飯・みそ汁（豆腐・長葱）・牛乳・さんま蒲焼盛合せ（小松菜　焼ちくわ　コーン）・とろろ芋（花かつお）・香の物（胡瓜のヨウガ漬け）	ご飯・みそ汁（豆腐　ネギ　ふのり）・牛乳・ハムエック（ロースハム・生野菜　くだもの）・春雨サラダ（春雨・ソーセジ・胡瓜・卵）・香の物（白菜浅漬け）	ご飯・みそ汁（小松菜　はんぺん　人参）・牛乳・野菜のソテー（豚小間切・生椎茸　本しめじ　人参　もやし・玉葱・キャベツ）・絹豆腐くず煮（絹豆腐・味付き椎茸　カニカマ）・香の物（胡瓜）	ご飯・みそ汁（絹豆腐　長ネギ　生のり）・牛乳・焼き魚（魚　大根おろし　きだもの）・ひじきの炒め煮（ひじき・油揚げ・味付き椎茸）・香の物	ご飯・みそ汁（南瓜　エリンゲ　万能ねぎ）・牛乳・煮物（椎茸・京がんも・大根・人参・焼きちく・いんげん）・納豆オクラ入り（オクラ・長ネギ・野沢菜）・香の物（玄米漬け）・人参の卵とじ	ご飯・みそ汁（しめじ　豆腐　長葱）・牛乳・伊東のてんぷら（角天　大根おろし　トマト）・いんげんささき身の和え物（いんげん・人参・とりササミ・すりごま）・胡瓜・のりの佃煮	ご飯・みそ汁（本しめじ　天ぷら　長葱）・牛乳・野菜入りオムレツ（卵・ミックスV・玉葱・ベーコン・生野菜　みかん）・根野菜の炒め物（いんげん・ごぼう・人参・とりごぼう）・香の物（なまくら漬け）
朝	・みそ汁（椎茸　ネギ　花麩）・親子丼（鶏もも肉・玉葱・竹の子・生椎茸・みつば・卵・もみのり）・お浸し（白菜・花かつお）・香の物（べったら漬け）・くだもの（柿・ヨーグルト）	焼き立てパン（ミルクパン・コーヒーパン・ママーレード）・ミネストローネ（にんにく・芋・キャベツ・人参・トマト水煮缶・ベーコン・ローリエ）・デザート（アイスクリーム）・コヒー	うな雑炊（ウナギの蒲焼・ごぼう・竹の子・みつば・椎茸・みつば・玉子・だし汁）・小さい盛合わせ（カキフライ・生野菜・なます・みかん）・香の物（大根酢漬け）	塩うどん（豚バラ肉・本しめじ・椎茸　ほうれん草）・ミニ寿し（いか・とびっこ・胡瓜・オホーツク）・お浸し（白菜・味付ききつね・揚げ茄子）・香の物（大根醤油漬け）	スープ（大根　ごぼう　長葱）・北湖南オムレツ（鶏肉・玉葱・ピーマン・人参・オムレツソース・生クリーム）・トマトの中華サラダ（中華クラゲ　トマト）・福神漬け	鍋焼きみうどん（うどん　だし汁　味付きキツネ　油揚げ　大根　ほうれん草　なると　長葱）・ごぼう甘煮（ニンニク・さんま缶・いんげん・人参・ごぼう）・デザート（杏仁・クコの実・ミカン缶）・香の物（白菜醤油漬け）	スープ（玉葱・ベーコン・ニンニク）・焼立てパン（丹波黒豆お米パン・アーモンドミルク）・サラダ（カイワレ・キャベツ・ハム）・コーヒー
夕	五穀米入りご飯・さつま汁（鶏もも肉　ごぼう　さつま芋　人参・ごぼう　豆腐・大揚げ　長葱）・盛合わせ（南瓜コロッケ・生野菜・オレンジ）・クルミ和え（ほうれん草　人参・くるみ）・香の物（みそ漬け）	ご飯・みそ汁・煮魚（昆布・生姜・大根）・ラーメンサラダ（生ラーメン　ロースハム　ゆで卵　胡瓜　玉葱）・香の物（カツオ沢庵）	ご飯・みそ汁（ミツバ　キャベツ）・とう板焼き（甘えび　サイコロステーキ・玉葱　エリンギ　南瓜・もやし・ピーマン・ごまだし）・ナムル（小松菜・ほうれん草・えのき・胡瓜・いか人参）・香の物（浅漬け）	ご飯・みそ汁（きゃべつ・にら・えのき）・天ぷら盛合わせ（尾付き海老・茄子・南瓜・生麩・大根おろし・よもぎ・天つゆ）・白和え（豆腐・黒コンニャク・ほうれん草）・香の物（みそ漬け）	ご飯・みそ汁（エリンゲ　南瓜）・豚ロース生姜焼き（生姜・豚ロース・生姜・生野菜　パイン）・ビーフン炒め（玉葱・人参・キャベツ・豚肉・いか・ピーマン・ビーフン）・香の物（味胡瓜）	ご飯・みそ汁（南瓜　にら　生のり）・焼き魚（大根おろし）・炒り豆腐（豆腐・ごぼう・万能ねぎ・ひじき・ひき肉）・春菊と胡瓜のなめたけ和え（春菊・ピーマン・なめたけ）・香の物（紅しょうが）	ご飯・みそ汁（じゃが芋　はんぺん　大根葉）・さんま丼（さんま・竹の子　白滝・玉葱・紅しょうが）・ほっきサラダ（ほっきサラダ・胡瓜・玉葱）・わかめとイカの酢の物（ワカメ・イカ・酢みそ）
	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
朝	お粥・みそ汁・牛乳・焼き魚（一塩鯖　大根おろし　パイン）・青菜とちくわの炒め物（ほうれん草・人参　焼きちくわ）・香の物	ご飯・みそ汁（そうめん　がんも　薬味）・牛乳・炊き合わせ（ごぼう　人参　竹もち子　とり肉　ほうれん草　椎茸）・だし巻き卵とお浸し（卵　白菜ロール　きざみ海苔　トマト）・一夜漬け・花豆	ご飯・みそ汁（絹豆腐　青わぎ　カットワカメ）・牛乳・山菜の炒め煮（山菜水　天ぷら　黒コンニャク　人参）・納豆（しらす　野沢菜　長ネギ）・香の物（キャベツと胡瓜）・うにくぢげ	ご飯・味噌汁（大根菜・焼き豆腐・ワカメ）・牛乳・焼き魚（ニシン　大根おろし　トマト）・春雨とピーマンの炒め煮（緑豆春雨・ピーマン・ひき肉・人参）・香の物（胡瓜漬け）	ご飯・味噌汁（しめじ　ほうれん草　揚げ）・牛乳・煮物（ミニ春雨巾着　里芋　人参　いんげん　本シメジ　天ぷら）・生卵・香の物・フルーツヨーグルト・くだもの	ご飯・味噌汁（豆腐　わかめ）・牛乳・盛合わせ（ミートボール　トマトケチャップ　生野菜　アスパラ缶）・めかぶとろろ（長芋　めかぶ）・香の物	ご飯・味噌汁（大根・人参・油揚げ）・焼き魚（鮭ハラス　大根おろし　リンゴ）・身欠きにしんと根菜の炒め煮（大根・ごぼう・にしん・人参・だし汁・醤油）・香の物（白菜と胡瓜の漬物）
昼	すり身の吸い物（すり身）・キャロットライスと盛り合わせ（米・人参・しお・昆布・バター・・鯖甘辛から揚げに・レタス・卵醤油漬け・板かま・たくあん）・煮びたし（キャベツ・だし汁・かつお節）・南瓜大福（南瓜・白玉・栗）	サンドウィッチ（ゆで卵　ポテト　胡瓜　玉葱　ハム　チーズカット　菓子パン）・鮭のシチュー（鮭・芋・人参・玉ねぎ・南瓜・コンソメ・お粥）・ヨーグルト和え（バナナ・ヨーグルト・キューイ）・コーヒー	休み	にゅう麺（そうめん　竹の子　本シメジ　生椎茸　板かま）・一口おにぎり（おかか・鮭）・デザート（杏仁豆腐・パイン）・香の物（ズッキーニ漬け）	スープ（ワカメ・メンマ・長アねぎ）・鮭チャーハン（コンソメ　鮭　玉葱　人参・ピーマン　にんにく）・サラダ（玉葱　パプリカ　ブロッコリー　生ハム　ゆで卵）・香の物（紅しょうがらっきょ）	かき揚げそば（干しそば・ほうれん草・長葱・かき揚げ）・焼き豆腐と焼きちくわの卵とじ（焼き豆腐・焼きちくわ・人参・椎茸・みつば・卵）・デザート（ズンダの薄焼きロール）・香の物（一夜漬け）	スープ（野菜スープ・ササミ・キャベツ・ねぎ）・梅スパエッティー（スパゲティー・シーチキン・刻みのり・大葉）・サラダ（レタス・ハム・カラーピーマン・マヨネーズ・ドレッシング）・デザート（いちご・ぶどう2色ゼリー）・コーヒー
夕	ご飯・きりたんぽ鍋（きりたんぽ・鶏ガラ・鶏肉・ごぼう・焼き豆腐・長葱・舞茸・セリ）・煮物（くず・里芋・オクラ・人参・ガンモ）・酢の物（もずく・菊の花・胡瓜・ササミ・砂糖・塩）・香の物（胡瓜漬け）・ごま豆腐	ご飯（いなきび）・かき玉汁（卵・三つバ・でんぷ粉・だし汁）・焼き魚（一塩ほっけ・オレンジ　大根おろし）・肉じゃが（豚カタロース　芋　玉葱　人参　白滝　生姜）・香の物（ズッキーニ漬け）・朝採りいんげんの胡麻和え	海老フライカレー（尾付きエビ　芋　玉葱　人参　にんにく　カラールー）・盛合わせサラダ（レタス　胡瓜　アスパラ缶・トマト　ゆで卵　トマト）・梅ゼリー・香の物（福神漬け）	ご飯・みそ汁（なめこ・大根）・豚ロースポテト巻き（小麦粉・玉子・小麦粉・豚ロース・ポテト・チーズ　生野菜　・トマト）・なめたけ和え（ほうれん草・なめこ・胡瓜・オホーツク）・香の物（ペッタラ漬け）	ご飯・うどん汁（うどん・長葱・揚げ）・鯖の味噌煮（鯖・みそ・揚げ茄子・生姜ト）・豚シャブサラダ（豚シャブ肉・レタス・新玉葱・海藻サラダ）・香の物（カブ一夜漬け）・大根と人参のきんぴら	ご飯・みそ汁（絹豆腐・長葱・生椎茸）・みそおでん（大根　手羽先　茹で卵　こんやく　人参　みそ）・南瓜サラダ（胡瓜　レタス・ツイストマカロニ・南瓜）・香の物（粕漬け）	ご飯・味噌汁（白菜　はんぺん　長葱）・魚の漬け焼き（魚　大根おろし　オレンジ）・里芋とコンニャクのそぼろ煮（里芋　とりひき肉　いんげん　でん粉・コンニャク）・香の物（野沢菜）
	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
朝	ご飯・みそ汁・牛乳・かに玉あんかけ（卵　かにむき身　かに玉の素　生野菜　オレンジ）・ふきの炒め煮（ふき　黒こんにゃく　焼きちくわ）・香の物（胡瓜）	ご飯・みそ汁（豆腐・揚げ・とろろ昆布）・牛乳・はんぺんピカタ焼き（はんぺん　小麦粉　バセリー　卵　生野菜・くだもの）・和風ナムル（春雨・にんじん・ほうれん草・味付き椎茸）・香の物	ご飯・みそ汁（とりごぼう　水菜　豆腐）・牛乳・スペイン風オムレツ（フライドポテト　玉葱　ベーコン　卵　レタス　生野菜）・煮浸し（白菜　花かつお）・香の物・なめこ和え	ご飯・みそ汁（大根　人参　ネギ）・牛乳・焼き物（角ハム　温野菜　アスパラ　ブロッコリー　人参）・とりレバー炒め煮（とりレバー　玉葱　にら　生姜　白滝　人参）・香の物	ご飯・みそ汁・牛乳・湯豆腐セット（豆腐　白菜　昆布　長ネギ　生椎茸　生姜）・とりごぼう（人参　いんげん）・白菜　胡瓜の漬物	ご飯・味噌汁（南瓜　なす　ワカメ）・牛乳　・チーズ入りオムレツ（玉子　生野菜　くだもの）・切干大根炒め煮（切り干し大根・人参・天ぷら））・昆布佃煮・香の物	ご飯・味噌汁（大根　人参　ほうれん草）・牛乳・伊東の天ぷら野菜入り（大根おろし　オレンジ）・コンニャクのかか煮（鰹節・生姜　こんにゃく）・香の物
昼	スープ・あんかけ焼きそば（むき海老・豚バラ肉・人参・もやし・にら・キャベツ・イカ）・リンゴワイン煮パイン缶・香の物（紅しょうが）	焼きたてパン（ロールサンド・レタスハムクリームチーズ・メイプルパン・レーズンシュガーパン）・ベジタブルスープ（ミックスV　玉葱　キャベツの芯　芋　にんにく・ベーコン）・サラダ（大根・エビ・バジル）・コーヒー	みそ汁（白菜　焼き豆腐）・おにぎりセット（鮭　梅　焼売　金平ゴボウ　ホタテと芯玉葱の和え物）・デザート（梅ゼリー・梅汁・ゼラチン・生クリーム）・香の物（たくあん）	雑煮汁（油揚げ・大根・人参・ゴボウ・干しシイタケ・鶏肉・餅・長ネギ）・ゆかりご飯盛合わせ（ゆかり　レタス　トマト　鮭ハラスから揚げ　枝豆・スイカ・ポテト）・香の物（胡瓜）	スープ（ベーコン・ハンペン・牛バラ肉・玉葱糸寒天　）・ハッシュドビーフ（牛ばら肉　玉葱　ルー　竹の子　エリンギ　人参）・サラダ（むきえび・海藻サラダ・大根・レタス）・福神漬け　らっきょ	五目きし麺（きしめん・ゆで卵・カニカマ・鶏肉・わかめ・本シメジ）・香の物（（白菜醤油漬け）・和え物（キャベツ・サーモン・ドレッシング）・蒸し芋とリンゴのデザート（サツマイモ・リンゴ・砂糖・リンゴ）	緑茶・ミルク粥（米・牛乳・水・チーズ　塩）・盛り合わせ（春巻き・ゆず大根おろし・ズッキーニのソテー）・煮物（かまぼこ　人参　焼き豆腐　かぶ　ブロッコリー）・香の物（野沢菜）
夕	ご飯・みそ汁・マリネ風（さんま・生野菜・タルタルソース・茹で卵・玉葱・水菜）・とびっこ和え（ほうれん草・胡瓜・とびっこ・ナルト）・香の物（カツオ沢庵）	ご飯・みそ汁（ワカメ　芋　ネギ）・焼き魚（魚　大根おろし）・マーボー豆腐（豆腐　豚ひき肉　にんにく　長ネギ　甜麺醤　ごま油）・香の物（胡瓜）・塩昆布和え（キャベツ・ピーマン・塩こぶ）	ご飯・味噌汁（白菜の芯・わかめ・えのき）・白菜ロールぐずに（鶏ひき肉・豚ひき肉・和風だし・コンソメ・くず粉）・春雨サラダ（春雨　ロースハム　もやし）・香の物（たくあん）	ご飯・みそ汁（キャベツ　ニラ　卵）・煮魚（魚　生姜　コンニャク）・ポテトサラダ（芋　玉葱　胡瓜　ソーセージ　マヨネーズ　レタス）・香の物（ペッタラ漬け）	ご飯・三平汁（たら・大根・芋　ネギ）・盛合わせ（南瓜コロッケ・生野菜・トマト）・ごま和え（すりごま　人参・ほうれん草）・香の物（胡瓜からし漬け）	ご飯　・味噌汁（もやし　油揚げ）・鶏肉のみそヨーグルト（鶏肉・ヨーグルト・みそ　生野菜　トマト）・いんげんの炒め煮（いんげん　人参　レンコン）・白菜の煮びたし・香の物	ご飯・味噌汁（はんぺん　ネギ　がんも）・鯖ホイル焼（たら　みそマヨネーズ　ピーマン　生椎茸　マッシュポテト　カーネルコーン）・豆腐の卵とじ（豆腐　ニラ　ごぼう　本しめじ　人参　玉子）・さつま芋甘煮・香の物
	31日						
朝	ご飯・味噌汁（ネギ　南瓜・ワカメ）・牛乳・はんぺんのチーズサンド（はんぺん　カットチーズ　生野菜　オレンジ）・三色金平（人参・ごぼう・ピーマン・醤油・砂糖・醤油）・香の物（キムチ）・昆布の佃煮						
昼	とんこつラーメン（スープ　豚ガラ・焼き豚・メンマ・白菜　ラーメン　もやし　豆乳　人参　長葱）・いなり寿し（酢飯・揚げ）・香の物（甘酢生姜）						
夕	ご飯・みそ汁（焼き豆腐・庄内麩・ねぎ）・ジンギスカン（ラム肉・豚スライス・玉葱・ピーマン・人参・キャベツ・たれ）・フルーツヨーグルト（バナナ・フルーツ缶・ヨーグルト）・香の物・お浸し（ほうれん草・花かつお）						