

# 2月献立表

	日	月	火	水	木	金	土
朝	2/1 青菜粥 ポテトサラダ 牛乳	2/2 青菜粥 ハムチーズピカタ 牛乳	2/3 青菜粥 ボロニアソーセージ 牛乳	2/4 青菜粥 洋風だし巻き卵 牛乳	2/5 青菜粥 マカロニサラダ 牛乳	2/6 青菜粥 ほうれん草オムレツ 牛乳	2/7 青菜粥 スパゲティサラダ 牛乳
昼	ごはん 肉団子の中華あん 絹揚げと昆布の煮物 キャベツとパプリカのソテー 味噌汁	ごはん ワラの魚田 キャベツとベーコンのソテー うまい菜とえのきのおから和え 清汁	ごはん 巻きずし(厚焼卵・ミツバ) 稲荷寿司(3分) ごぼうと鶏肉の炒り煮 マカロニサラダ 清汁	ごはん ハンバーグ(和風ソース) 大豆とこんにゃくの煮物 キャベツと竹輪の味噌汁 味噌汁	ごはん わかめうどん 豚肉の和風炒め うまい菜とオリーブオイルのソテー 味噌汁	ごはん 鶏肉のキーマカレー 福神漬 しろなと竹輪の香味ドレ和え 黄桃缶 味噌汁	ごはん ごぼん 白身魚の生蒸煮 里芋のそぼろ煮 大根の和え物 味噌汁
お	プリン	りんごシフォンケーキ	甘酒	コーヒーゼリー	ショコラブッセ	みるくまんじゅう(抹茶)	ストロベリーババロア
夕	ごはん カレイの山椒煮 大根と鶏肉の炒め物 もやしと竹輪のごまドレサラダ 味噌汁	ごはん 鶏肉と里芋の煮込み 奴豆腐(醤油) ブロッコリーとオリーブオイルのソテー 味噌汁	ごはん 豚肉のバター醤油炒め 枝豆がんもの煮物 菜の花の和え物 味噌汁	ごはん 三色稲荷の炊き合わせ もやしと鶏肉の炒め物 味噌汁 洋梨・パイン缶	ごはん 肉じゃが(牛肉) いかふくさ焼き 白オと平天の和え物 味噌汁	ごはん 赤魚のあんかけ 豚肉と絹揚げの炒め煮 もやしの大葉ドレサラダ 味噌汁	ごはん 豚カツの卵とじ ひじきとかんぴょうの煮物 味噌汁 みかん缶
朝	2/8 青菜粥 ほうれん草と鶏肉のスープ 牛乳	2/9 青菜粥 ポテトサラダ 牛乳	2/10 青菜粥 干草焼き 牛乳	2/11 青菜粥 照り焼き風肉団子 牛乳	2/12 青菜粥 プレーンオムレツ 牛乳	2/13 青菜粥 大豆ミートハンバーグ(デミ) 牛乳	2/14 青菜粥 でんぶ入りだし巻き卵 牛乳
昼	ごはん 焼芋の南蛮漬け 金時豆煮 白オと大根菜の和え物 味噌汁	ごはん 醤油ラーメン えびシューマイ 杏仁豆腐のいちごソースかけ	ごはん かぶの照り煮 大根と鶏肉の炒め物 キャベツの和風ドレサラダ 味噌汁(卵)	散らし寿司 金平ごぼう マンゴー缶 鶏枝豆茶碗蒸し	ごはん かぶの 高野豆腐としいたけのサイコロ煮 味噌汁 パイン・白桃缶	ごはん 中華丼 切干大根と鶏肉の煮物 ブロッコリーのスローサラダ 中華スープ	ごはん たらコンソメソース 大豆と豚肉のカレー炒め しろなとカマボコのお浸し 味噌汁
お	ケーキ(チョコ)	おかしなバナナ	黒糖まんじゅう(白あん)	ぜんざい	バウムクーヘン	ハートのチョコプリン (喫茶の日)	チョコレートケーキ
夕	ごはん 蒸し鶏(ささみ) 高野豆腐と豚肉のサイコロ煮 ブロッコリーと竹輪のサラダ 味噌汁	ごはん 白身魚の唐揚げ れんこんと豚肉の炒り煮 玉子どうふ 味噌汁	ごはん 鶏肉の柚子風味グリル ひじきと竹輪の煮物 かぶとコンのパンパンドレサラダ 付いた(沖縄県郷土料理)	ごはん 豚肉と白オのすき煮 いかふくさ焼き 大根と大根菜のごまドレサラダ 味噌汁	ごはん 白身魚の揚げ浸し 白オと豚肉のトロみ炒め もやしと竹輪の鶏ナムル和え 味噌汁	ごはん 銀ひらすの西京焼き ごぼうと油揚げの炒め煮 キャベツと平天の塩ごま和え 清汁	ごはん 鶏肉の塩麴蒸し じゃがいもと豚肉の煮物 白オの和え物 味噌汁
朝	2/15 青菜粥 ひじきと豆のマヨサラダ 牛乳	2/16 青菜粥 ぎせい豆腐 牛乳	2/17 青菜粥 マカロニサラダ 牛乳	2/18 青菜粥 豚肉の筑前煮 牛乳	2/19 青菜粥 洋風だし巻き卵 牛乳	2/20 青菜粥 白オの煮浸し 牛乳	2/21 青菜粥 小松菜とウインナーのソテー 牛乳
昼	ごはん 豚肉の香味炒め 切干大根 菜の花の和え物 清汁	ごはん 親子とじ 高野豆腐のサイコロ煮 味噌汁 白・黄桃缶	ごはん きつねうどん ひじきと豚肉の炒め煮 かぶの香味ドレサラダ	ごはん アジの照り煮 小松菜と鶏肉の炒め物 大根のパンパンドレサラダ 味噌汁	ごはん ポークカレー 福神漬け オリーブオイルのおからサラダ みかん缶	ごはん 白身魚の山椒煮 大根の金平 カリフラワーとインゲンのサラダ 粕汁	ごはん 豚肉の和風炒め ふろふき大根の田菜味噌かけ 清汁
お	フルーツムース	しっとりどら焼き(ｶｽﾀｰﾄﾞ)	薄皮まんじゅう	安納芋ムース	おしるこ (イベント)	きな粉プリン	果あんまんじゅう
夕	ごはん おでん れんこんの炒め生酢 キャベツの浅漬け 味噌汁	ごはん 白身魚の味噌煮 もやしと豚肉の炒め物 インゲンとコンのパンパンドレサラダ 清汁	ごはん 白身魚の竜田揚げ 大根と豚肉の炒め物 さつま芋サラダ 味噌汁	ごはん エビカツ 大豆とこんにゃくの煮物 長芋短冊 味噌汁	ごはん 高野豆腐の炊き合わせ キャベツとツナの炒め物 もやしと平天の大葉ドレサラダ 味噌汁	ごはん ハンバーグ(野菜ソース) さつま芋煮 キャベツの洋風お浸し 味噌汁	ごはん 白身魚の香草パン粉焼き ベーコンと枝豆の塩バターソテー ブロッコリーのお浸し 味噌汁

2月献立表

朝 昼 お グ	2/22 青菜粥 ミートオムレツ 牛乳 ごはん 鶏チリ(チリソース) ひじきと油揚げの煮物 大根と大根葉の和え物 味噌汁 水ようかん	2/23 青菜粥 かに玉 牛乳 ごはん ブリの照り焼き 里芋と鶏肉の煮物 もやしとコーンのリンゴドレサダ 味噌汁 みるくまんじゅう(白あん)	2/24 青菜粥 チーズとグリーンピースのミニオムレツ 牛乳 ごはん 海老マカロニグラタン2個 大豆と椎茸の煮物 チンゲンサイのたらこマヨサダ 味噌汁 シルベータ	2/25 青菜粥 5品目具材の玉子焼き 牛乳 ごはん 牛皿 南瓜の含め煮 味噌汁 マンゴー缶 ムースエクレア	2/26 青菜粥 パンプキンサラダ 牛乳 ごはん 白身魚の唐揚げ じゃが芋と油揚げの煮物 おくらのかか和え 味噌汁 ドームケーキ(こしあん)	2/27 青菜粥 だし巻き卵 牛乳 ごはん 豚肉とキャベツの野菜炒め 一口がんもの煮物 インゲンとパプリカのビーナードレ和え 味噌汁 酒まんじゅう	2/28 青菜粥 スクランブルエッグ 牛乳 ごはん ホッケの塩麹焼き たけのこと豚肉の炒り煮 大根とニラの和風ドレサラダ 味噌汁 ココアフォンデュケーキ
	ごはん 仔シの生姜煮 白才と鶏肉のとりみ炒め ポテトサラダ 味噌汁	ごはん 豚大根 奴豆腐(醤油) インゲンのパンバンドレサラダ 味噌汁	ごはん 赤魚の西京焼き れんこんと豚肉の金平 大根と平天の和え物 清汁	ごはん 物のクリームソースかけ 高野豆腐と鶏肉のサイコロ煮 キャベツと竹輪のアイランドレサダ 味噌汁	ごはん 鶏肉のにんにく醤油焼き 大根と平天の煮物 味噌汁 西洋なし缶	ごはん お鍋 金平ごぼう もやしと竹輪の香味ドレサダ	ごはん 蒸し鶏(ささみ) はたけ菜とツナの炒め物 スパゲティサラダ 味噌汁