



予定献立表



	2月1日 (月)	2月2日 (火)	2月3日 (水)	2月4日 (木)	2月5日 (金)	2月6日 (土)	2月7日 (日)	
昼食	御飯135g 完) 赤魚の煮付け 完) かつらの湯葉和え 清汁 (えび) 果物 (黄桃缶)	麦ご飯135g 完) さわらの西京焼 完) いんげんのごま和え 清汁 (えのき) 果物 (フルーティ缶)	ゆかり御飯 じゃがいもコロック スパゲティサラダ コンソメスープ 果物 (オレンジ)	御飯135g 完) さんまの梅煮 完) 五目豆 清汁 (はんぺん) フルーツヨーグルト	御飯135g 中華風0-トキ 完) 紅あずまサラダ 中華スープ 果物 (バナナ)	御飯135g 鶏みそ焼き 錦糸和え 雷汁 果物 (みかん缶)	休み	
間食	黒糖ケーキ	節分和菓子 (赤鬼)	プリン	あんドーナツ	杏仁豆腐	蒸し饅頭		
夕食	御飯135g 完) 金平包み 完) 菜の花と人参の辛子和え かき玉汁	御飯135g 完) 野菜と豆腐の真薯 完) 厚焼き玉子 ほたてスープ	御飯135g オイスター炒め 完) なすのみぞれかけ 春雨スープ	御飯135g 完) 肉じゃが 完) 青梗菜と油揚げの煮湯 赤だし	御飯135g 完) 鱈の照り焼き もやしとニラの炒め煮 きのこ汁	御飯135g 魚の柚庵焼き からし醤油和え 味噌汁 (南瓜)		
	2月8日 (月)	2月9日 (火)	2月10日 (水)	2月11日 (木)	2月12日 (金)	2月13日 (土)		2月14日 (日)
昼食	御飯135g 完) 鯖のみりん漬焼 完) ほうれんそうのごま和え 清汁 (もずく) 果物 (フルーティ缶)	御飯135g 豚肉のしそ焼き 炒り豆腐 清汁 (南瓜新文) 果物 (いちご)	麦ご飯135g 鶏の竜田揚げ 生姜醤油和え 清汁 (うずらの卵) 果物 (みかん)	御飯135g 完) 鯖のみぞれ煮 完) さつま芋の甘露煮 清汁 (かまぼこ) 果物 (黄桃缶)	御飯135g 完) 豆腐ローフ 完) きんぴらごぼう 清汁 (えび) フルーツヨーグルト	御飯135g 鶏肉の照焼 レモン和え 野菜スープ 果物 (みかん缶)		休み
間食	蒸し饅頭	蒸しパン (甘栗)	シルキーコッタ	Ca&Mgカスタードワッフル	パバロア (チョコ)	蒸し饅頭		
夕食	御飯135g 完) 高野豆腐の鶏そぼろ煮 ピーマンのじゃこ煮 清汁 (はんぺん)	御飯135g 太刀魚のじゃこ照焼き ひよことなます 清汁 (えのき)	御飯135g 魚の梅焼き ピーナツ和え 清汁 (かにかま)	御飯135g 完) 豆腐のけんちん汁 完) かつのおかか和え かき玉汁	御飯135g 完) 鯖の照り焼き 完) 小松菜のお浸し 赤だし	御飯135g 完) さんまの煮付け 完) やわらかひじき煮 きのこ汁		
	2月15日 (月)	2月16日 (火)	2月17日 (水)	2月18日 (木)	2月19日 (金)	2月20日 (土)	2月21日 (日)	
昼食	御飯135g 鶏ミンチの五目蒸し 完) 春菊と湯葉の煮浸し 清汁 (海老ボール) 果物 (バナナ)	麦ご飯135g 魚の菜種焼き エビサラダ 白菜スープ 果物 (オレンジ)	御飯135g 完) 重ね蒸し 完) ほうれん草ソテー コンソメスープ 果物 (黄桃缶)	<誕生会> 赤飯 まぐろのお刺身 完) ほうれん草の白和え 清汁 (えのき) フルーツヨーグルト	<誕生会> 赤飯 まぐろのお刺身 シーチキンサラダ 野菜スープ 果物 (いちご)	御飯135g 鶏肉の甲州蒸し 南瓜の小倉煮 清汁 (かにかま) 果物 (バナナ)	休み	
間食	あまおう苺カステラ	蒸し饅頭	ソフール (いちご)	ショートケーキ (ピーチ)	ショートケーキ (いちご)	蒸し饅頭		
夕食	御飯135g 完) さんまのみぞれ煮 えんどうと人参の甘煮 清汁 (花麩)	御飯135g 完) 高野豆腐の寄せ煮 ブロッコリーの酢味噌かけ 清汁 (もずく)	御飯135g 完) 鯖の塩焼き 完) れんこん炒め 味噌汁 (たまねぎ)	御飯135g 完) 鶏つくね ちくわとおくらの和え物 きりこみ汁	御飯135g 魚の7Dジャコトリスかけ 人参金平 きのこ汁	御飯135g 松島焼 ピーマンのおかか和え 清汁 (あさり)		
	2月22日 (月)	2月23日 (火)	2月24日 (水)	2月25日 (木)	2月26日 (金)	2月27日 (土)	2月28日 (日)	
昼食	おにぎり 肉うどん 鶏レバーの生姜煮 漬物 (べったら漬) 果物 (いちご)	御飯135g 完) 赤魚の酒粕漬焼 完) 菜の花の湯葉和え きりこみ汁 果物 (黄桃缶)	御飯135g 煮込みハンバーグ コロコロサラダ コンソメスープ 果物 (バナナ)	麦ご飯135g 完) 鱈の煮付け 完) かに淡雪饅頭 雷汁 果物 (フルーティ缶)	御飯135g 完) 赤魚の西京漬焼 完) 揚げ茄子の鶏ミンチ煮 清汁 (もずく) 果物 (みかん缶)	御飯135g 干草焼き ほうれん草とアサリの和え 清汁 (かにかま) 果物 (黄桃缶)	休み	
間食	蒸しパン (ココア)	蒸し饅頭	蒸し饅頭	信州巨峰カステラ	あんドーナツ	蒸し饅頭		
夕食	御飯135g 麻婆豆腐 涼拌三絲 中華スープ	御飯135g 完) ミートローフ 完) おからサラダ 白菜スープ	御飯135g 完) 鯖の味噌煮 完) 小松菜と揚げ煮 きのこ汁	御飯135g 完) 筑前煮 完) 焼き茄子 赤だし	御飯135g 完) 高野豆腐と海老の卵とろろ さつまいものミルク煮 清汁 (あさり)	御飯135g 牛肉の柳川風 青菜と鯖のトロロ和え 清汁 (えのき)		