

2月 献立表



※都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

							01日(土)
朝							ベーコンと野菜のソテー 白菜の高菜和え 牛乳 ふりかけ(梅しそ) 味噌汁(わかめ・油揚げ) 米飯(150g)
昼							赤魚のきのこソースかけ 冬瓜と人参の中華煮 糸こんにやくの白和え 味噌汁(ネギ・おろし) 米飯(150g)
夕							やわらかおかきのり塩味 クリームコロッケ 春雨とにらの生姜炒め フルーツ(みかん缶) 米飯(150g)
							02日(日)
朝	スクランブルエッグ フルーツ(ぶどう缶) 牛乳 ミネストローネ いちごジャムパン	白菜とキノコのコンソメ煮 もやしとわかめ中華和え 牛乳 ゆずみそ 味噌汁(コマナ・麩) 米飯(150g)	きざみ納豆和え 大根と人参のおかか煮 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(玉葱・わかめ) 米飯(150g)	魚肉ソーセージのソテー おろし草のごま和え 牛乳 ふりかけ(さけ) 味噌汁(花麩・にら) 米飯(150g)	車麩の煮付け しらすおろし 牛乳 明太風味ソース 味噌汁(小松菜・葱) 米飯(150g)	ハンパんとしめじのコンソメ煮 白菜の塩昆布和え 牛乳 たいみそ 味噌汁(白玉ふ・きぬさや) 米飯(150g)	さつま揚げと玉ねぎの炒め もやしと人参のナムル 牛乳 ふりかけ(かつお) 味噌汁(いんげん・油揚げ) 米飯(150g)
昼	ねぎとろ井 さつま揚げ入り五目煮豆 フルーツ(みかん) いわしのつみれ汁	味噌野菜ラーメン 鶏団子の煮物 ピーチゼリー(V)	豚肉じゃが はんぺんバター きゃべつの高菜和え 清汁(みつば・小町麩) 米飯(150g)	タラのバター醤油ソースかけ 里芋のそぼろあんかけ トマトの和風和え 味噌汁(椎茸・きぬさや) 米飯(150g)	チキンカレー 福神漬 アロココとコンのマヨサラダ コンソメスープ(アスパラ・玉葱)	鶏肉のあっさり焼 茄子のゆずみそかけ 蒲鉾とわかめの和風和え 清汁(とろろ昆布・カワレ) 米飯(150g)	銀たらのミニエビソースかけ 大根と人参のコンソメ煮 海藻サラダ 味噌汁(7・ほうれん草) 米飯(150g)
夕	カルシウムぼうろ 甘酒	エクレー	コーヒーゼリー	サラダせんべい	クリームチーズケーキ	厚切りバウム	今川焼
夕	めばるの香味ソース しらすのたらこ炒め フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	カラスカレイの梅焼き ほうれん草と卵の炒りつけ フルーツ(バナナ) 米飯(150g)	鮭のごま味噌焼き 冬瓜とツナの塩煮 りんごのコンポート 五目御飯(150g)	焼き餃子 ちくわと切り昆布の煮物 フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)	赤魚の塩こうじ焼き かぶとつみれの煮物 フルーツ(パイン缶) 米飯(150g)	太刀魚の粒マスタード焼き 金平ごぼう フルーツミックス 米飯(150g)	麻婆豆腐 小松菜と春雨の中華煮 洋梨のコンポート 米飯(150g)
							09日(日)
朝	オムレツ フルーツ(ぶどう缶) 牛乳 グリンピースのポタージュ 食パン	竹輪の中華炒め 白菜の浅漬け風 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(菜の花・葱) 米飯(150g)	つみれの煮物 青梗菜とエノキのゆかり和え 牛乳 ふりかけ(たらこ) 味噌汁(油揚げ・絹さや) 米飯(150g)	肉詰め稲荷 もやしの塩昆布和え 牛乳 うに風味ソース 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) 米飯(150g)	ハンパんときのこのコンソメ煮 白菜と菜の花のごま和え 牛乳 のり佃煮 味噌汁(えのき・葱) 米飯(150g)	目玉焼き おろし草とエノキの胡麻和え 牛乳 ふりかけ(梅しそ) 味噌汁(にら・油揚げ) 米飯(150g)	焼き豆腐の煮付け かぶの浅漬け風 牛乳 かつおみそ 味噌汁(しめじ・白玉麩) 米飯(150g)
昼	鶏肉のクリーム煮 じゃが芋とベーコンの塩炒め おろし草のごま和え 味噌汁(しいたけ・コマナ) 米飯(150g)	めばるの照り焼き 大根と人参の旨煮 白菜の高菜和え 味噌汁(小町麩・えのき) 米飯(150g)	ミトススバゲティ カニカマサラダ マスカットゼリー 野菜スープ(コン・スナップ)	あじのおろし煮 小松菜と卵の炒りつけ トマトの和え物 味噌汁(花麩・春菊) 米飯(150g)	ハヤシライス 福神漬 ツナサラダ コンソメスープ	蒸し鶏バンバンジーソース ウインナーと春雨の中華煮 胡瓜と人参のおかか和え コンソメスープ(玉葱・アスパラ) 米飯(150g)	ホッケの塩焼き 牛蒡と豚肉の炒り煮 キャベツのゆかり和え 味噌汁(キャベツ・油揚げ) 五目御飯(150g)
夕	シュークリーム	やわらかおかし砂糖醤油	メープルケーキ	レモンケーキ	ようかんロール	ババロア(チョコ)	どら焼
夕	鮭の味噌焼き キャベツとエビ団子のコンソメ煮 フルーツ(バナナ) 米飯(150g)	豚肉の生姜焼き 卵の花炒め フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)	からすかしの田楽焼き 里芋の煮物 フルーツ(パイン缶) 米飯(150g)	鶏肉のチリソースかけ ウインナーとかぶの塩煮 りんごのコンポート 米飯(150g)	太刀魚のソテー タルロス なすの柚子味噌かけ フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	赤魚の照り焼き 厚揚げとピーマンのオイスター炒め フルーツミックス 米飯(150g)	二層の牛肉入りコロッケ 切干大根煮 洋梨のコンポート 米飯(150g)
							16日(日)
朝	ツナサラダ フルーツ(パイン缶) 牛乳 コンソメスープ クリームパン	鶏肉と玉葱の旨煮 しらすおろし 牛乳 ふりかけ(さけ) 味噌汁(玉葱・油揚げ) 米飯(150g)	さつま揚げと玉ねぎの生姜炒め 笹かまとみつばの和風和え 牛乳 たまご風味ソース 味噌汁(キャベツ・白玉麩) 米飯(150g)	白菜とハムの中華煮 卵豆腐 牛乳 かつおみそ 味噌汁(しいたけ・花麩) 米飯(150g)	きざみ納豆和え 金平ごぼう 牛乳 ふりかけ(梅しそ) 味噌汁(白玉麩・チンゲン菜) 米飯(150g)	さつま揚げのソテー 鮭缶おろし 牛乳 たいみそ 味噌汁(わかめ・ニラ) 米飯(150g)	金平大根 とろろ芋 牛乳 のり佃煮 味噌汁(春菊・花麩) 米飯(150g)
昼	豚肉のキャブ炒め りんご芋きんとん 白菜と海老の和風サラダ 味噌汁(えのき・おろし) 米飯(150g)	博多ラーメン<福岡県> ギョーザ オレンジゼリー	千草焼き かぶのコンソメ煮 ひじきの白和え 味噌汁(菜の花・わかめ) 米飯(150g)	チキン南蛮 白滝といんげんの煮物 もやしと人参のナムル 味噌汁(小松菜・油揚げ) 米飯(150g)	三色丼 海鮮シューマイ トマトの和風サラダ コンソメスープ(コン・インゲン)	筑前煮 厚焼き卵 はんぺんのたらこ和え 味噌汁(ねぎ・菜の花) 米飯(150g)	チーズハンバーグ 魚肉ソーセージと玉葱のコンソメ煮 かぶの浅漬け風 味噌汁(キャベツ・油揚げ) 米飯(150g)
夕	抹茶カステラ	たいやき	やわらかおかしきなこ	リングドーナツ	手作りプリン	ぶどうゼリー	アップルムース
夕	鯖の味噌煮 なすとベーコンのソテー フルーツ(バナナ) 米飯(150g)	からスカレイの山椒焼き がんもの煮物 フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	豚肉のすき焼き風煮 じゃが芋とキノコのバターソテー 洋梨のコンポート 米飯(150g)	たらごマヨソースかけ ゆずみそ大根 フルーツヨーグルト 米飯(150g)	赤魚の塩こうじ焼き 鶏団子の野菜あんかけ フルーツ(パイン缶) 米飯(150g)	鯖のみりん漬焼き 白菜としめじの塩煮 フルーツミックス 米飯(150g)	揚げ出し豆腐のこあん 茄子とピーマンの味噌炒め りんごのコンポート 米飯(150g)
							23日(日)
朝	マカロニサラダ フルーツ(ぶどう缶) 牛乳 ミネストローネ ロールパン	大根のそぼろ煮 もやしのゆかり和え 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(青梗菜・ねぎ) 米飯(150g)	車麩と冬瓜の煮物 キャベツの浅漬け風 牛乳 ふりかけ(かつお) 味噌汁(玉葱・わかめ) 米飯(150g)	目玉焼き おろし草のしらす和え 牛乳 たいみそ 味噌汁(キャベツ・しいたけ) 米飯(150g)	ウインナーソテー 白菜の高菜和え 牛乳 ゆずみそ 味噌汁(おろし草・油揚げ) 米飯(150g)	切干大根の煮物 チンゲン菜ともやしのナムル 牛乳 ふりかけ(たらこ) 味噌汁(ねぎ・小松菜) 米飯(150g)	
昼	鮭の味噌マヨ焼き 焼きビーフン おろし草とエノキのごま和え 清汁(蒲鉾・かいわれ) 米飯(150g)	とんかつ 冬瓜とウインナーのコンソメ煮 バナナゼリー(V) 野菜スープ(タマネギ・アスパラ) 米飯(150g)	鶏肉のあっさり煮 里芋の和風あん ツナとアロココのドレッシング和え 清汁(かいわれ・花麩) 米飯(150g)	タンダリーチキン 竹輪と切り昆布の煮物 ナスのごま和え コンソメスープ 米飯(150g)	鯖の蒲焼き 大根の旨煮 さつま芋サラダ 味噌汁(なめこ・麩) 米飯(150g)	たらご粒マスタードソース 炒り豆腐 笹かまとわかめのぬた和え 清汁(カト・カワレ) 米飯(150g)	
夕	抹茶パンケーキ	吹雪まんじゅう	青りんごゼリー	紅茶ケーキ	乳菓饅頭	いちごのシュクレ	
夕	蒸し鶏香味ソースかけ 卵とニラ中華炒め フルーツ(みかん) 米飯(150g)	タラのミニエビとウインナー 金平ごぼう 洋梨のコンポート 米飯(150g)	鮭の味噌漬焼き はんぺんとツナの炒め物 フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	からスカレイの柚子胡椒焼き 卵の花炒め フルーツ(マンゴー) 菜めし(150g)	鶏肉のハンバーグソースかけ かぶのそぼろあんかけ りんごのコンポート 米飯(150g)	豚肉とトマトの卵炒め かにシューマイ フルーツミックス 米飯(150g)	