

2月週間予定献立表

	9日（月）	10日（火）	11日（水）	12日（木）	13日（金）	14日（土）	15日（日）
朝	ご飯 味噌汁 大豆と根菜の煮物 納豆 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ	ご飯 味噌汁 ひじきとゼンマイの煮物 とろろ 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ	ご飯 味噌汁 切り干し大根の煮付け 温泉卵 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ	ご飯 味噌汁 白菜のツナ煮 なめたけおろし 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ	ご飯 味噌汁 厚揚げの野菜あんかけ とろろ 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ	ご飯 味噌汁 切り昆布の煮しめ 納豆 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ	ご飯 味噌汁 ひじきの煮物 おろしのオクラ和え 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ
昼	ご飯 かき玉汁 鶏肉の味噌漬け焼き 白和え（薩摩芋） 果物（オレンジ）	ご飯 味噌汁 ぶり大根の炊き合わせ お浸し 果物（オレンジ、）盛り合わせ	ご飯 中華スープ チンジャオロースウ カブのかにあんかけ ぶどうゼリー	ご飯 塩豚汁 鯖の味噌煮 炒り煮 果物（オレンジ）	ご飯 白菜の中華スープ 鶏肉の甘酢あん ナムル 果物（オレンジ、バナナ）盛り合わせ	肉うどん ナメコおろし和え さつまいものレモン煮 フルーチェ	ご飯 スープ（野菜） 白身魚のピカタ 白菜の甘酢サラダ フルーツポンチ
夕	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 春雨サラダ 漬け物	ご飯 味噌汁 カレイの甘酢あんかけ 焼きビーフン 漬け物	ご飯 味噌汁 白菜の旨煮 わかめの酢の物 梅ひじき	ご飯 コンソメスープ クリームシチュー カボチャサラダ 漬け物	ご飯 味噌汁 けんちん煮 めかぶ 漬け物	ご飯 味噌汁 なすと鶏肉の山椒炒め 車麴の卵とじ 煮豆	ご飯 味噌汁 大根と鶏の粕煮 お浸し（オクラ） 漬け物

2月週間予定献立表

	16日（月）	17日（火）	18日（水）	19日（木）	20日（金）	21日（土）	22日（日）
朝	ご飯 味噌汁 豆モヤシの煮物 温泉卵 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ	ご飯 味噌汁 くずし豆腐の塩あんかけ おろしのなめこかけ 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ	ご飯 味噌汁 油麴の煮物 とろろ 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ	ご飯 味噌汁 五目金平 納豆 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ	ご飯 味噌汁 大豆と根菜の煮物 温泉卵 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ	ご飯 味噌汁 けんちん煮 おろしのオクラ和え 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ	ご飯 味噌汁 ひじきとゼンマイの煮物 とろろ 牛乳（150cc） 梅干し又はふりかけ
昼	わかめご飯 味噌汁 焼き魚（甘塩鮭） かぶのそぼろ煮 みかんゼリー	ご飯 コンソメスープ チキン南蛮 ジャーマンポテト 果物（オレンジ、キウイ）盛り合わせ	ご飯 さつまいも味噌汁 かじきの梅照り焼き 高野豆腐の含め煮 果物（オレンジ）	ご飯 かき玉汁 治部煮 白和え 果物（オレンジ、バナナ）盛り合わせ	ご飯 わかめスープ チャプチェ えびと青梗菜の中華炒め 果物（オレンジ）	ナポリタン 豆と野菜のスープ ミモザサラダ フルーチェ	ご飯 千切り野菜のすまし汁 赤魚のおろし煮 豆腐の肉味噌田楽 ぶどうゼリー
夕	ご飯 かき玉汁 鶏とキャベツのオイスター炒め めかぶオクラ 漬け物	ご飯 味噌汁 かに玉（かににかま入り） 蒸しなすのマリネ 梅ひじき	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 煮豆	ご飯 味噌汁 さわら西京焼き かぼちゃのそぼろ煮 漬け物	ご飯 すまし汁 肉じゃが ひじき炒り煮 漬け物	ご飯 味噌汁 白菜の旨煮 ブロッコリーのナムル 漬け物	ご飯 味噌汁 ポークチャップ ほうれん草のソテー 漬け物