

## 週間予定献立表 (2月)

	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)
朝	ご飯 味噌汁 プレーンオムレツ 白菜コールスロー ブロッコリー玉葱ソテー 牛乳	ご飯 味噌汁 筑前煮 みかん入りなます 山形だし 牛乳	ご飯 味噌汁 お魚ソーセージ炒め物 茄子山椒煮 ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 カブとベーコンの煮物 ラタトゥイユ セロリミックス 牛乳	ご飯 味噌汁 はんぺん煮物 わらびのお浸し うぐいす豆 牛乳	ご飯 味噌汁 お魚ザンギ野菜あん 白菜と木耳香味炒め 胡瓜めかぶ 牛乳	ご飯 味噌汁 高野豆腐小海老餡 からし菜おひたし たたきごぼう 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 鶏肉のピカタ ポテトサラダ 香の物 果物	ご飯 中華風スープ 鱈の甘酢あんかけ ナムル 香の物 果物	牛丼 すまし汁 煮浸し チョレギサラダ 果物	ご飯 薩摩汁 焼き魚(甘塩鮭) 茄子のひき肉あんかけ 香の物 果物	ご飯 わかめスープ チンジャオロースウ 中華風コールスロー 香の物 果物	焼うどん すまし汁 胡瓜とレタスツナサラダ 果物	菓子パン ミネストローネスープ ス克蘭ブルエッグ 春雨サラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 煮魚(赤魚) 焼きピーマン 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉の味噌煮 コールスロー 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(鮓) 厚揚げの野菜あんかけ 香の物	ご飯 味噌汁 肉豆腐 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 鯿大根 蓮根金平 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜煮 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 照り焼き(鱸) 高野豆腐含め煮 香の物

# 週間予定献立表 (2月)

	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)
朝	ご飯 味噌汁 ベーコンキャベツ玉子炒め ポテトサラダ いんげんと人参ソテー 牛乳	ご飯 味噌汁 三角信田煮 チョレギサラダ ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉油揚げの煮物 竹輪とピーマン金平 刻み野沢菜大根 牛乳	ご飯 味噌汁 彩スクランブルエッグ クリームペンネ キャロットラペ 牛乳	ご飯 味噌汁 厚揚げ豆腐の和風麻婆 大根ルッコラのサラダ 長いものめかぶ和え 牛乳	ご飯 味噌汁 鯛の甘露煮 わかめの中華サラダ もやし梅和え 牛乳	ご飯 味噌汁 豚肉と焼き豆腐の煮物 茄子の山椒煮 なめたけおろし 牛乳
昼	ご飯 吉野汁 鱈の西京焼き 含め煮 香の物 果物	わかめご飯 味噌汁 炒り鶏 青菜の胡麻和え 香の物 果物	ご飯 塩豚汁 鯖の味噌焼き 野菜柚子味噌かけ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 豚肉の塩麴焼き 和風ポークピーンズ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 海老フライ 蕪の吉野煮 香の物 果物	焼きそば 野菜スープ グリーンサラダ 果物	菓子パン 野菜スープ 鱈のムニエル 五色サラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 豚肉のしぐれ煮 野菜チーズ和え 香の物	ご飯 味噌汁 カジキの味噌焼き 麻婆野菜 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉の煮込み もずく酢 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの生姜煮 蓮根と糸コンの金平 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉の生姜煮 マカロニサラダ 香の物	ご飯 味噌汁 カツオのニンニク醤油焼き お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 牛ひき肉の柳川風 お浸し 香の物