

2月のメニュー

				令和06年02月01日(木)	令和06年02月02日(金)	令和06年02月03日(土)	令和06年02月04日(日)
朝	<p>令和6年 2月</p>			ゆかり御飯 里芋の煮物 えのきのおみそ汁 オレンジジュース	りんりんりんご かりんごのコンソメ 牛乳	ホットドッグ & ミニ食パン(チョコ) 元気ヨーグルト パンソフトクリーム	チョコカスター ほうれん草のごまサラダ 牛乳
昼				米飯 川魚のチーズムニエル スパゲティサラダ じゃが芋のコンソメ煮	米飯 肉団子の煮物 きんぴらごぼう 大根なます	巻き寿司 揚げ出し豆腐 五目白和え 豆乳プリン	米飯 ひらすの梅肉焼き 肉じゃが フルーツ缶(マンゴー)
夕				米飯 鶏すき いんげん炒め かぶの甘酢和え	米飯 さばの煮付け 枝豆と南瓜のサラダ みそ汁(さといも)	米飯 豚肉と野菜の生姜炒め かぶの煮物 チンゲン菜と卵の和え物	米飯 鶏のバジルソテー いんげん金平 しろなのおかか和え
				令和06年02月05日(月)	令和06年02月06日(火)	令和06年02月07日(水)	令和06年02月08日(木)
朝	エッグトースト&ヨーグルト 元気ヨーグルト コーンスープ	レーズンペストリー 小松菜とウィンナーのソテー 牛乳	フルーツ ゴボウサラダ 牛乳	わかめご飯 きざみ昆布の煮物 菜の花のおみそ汁 りんごジュース	カスタードクリームパン ブロッコリーのトマト煮 牛乳	チョコロール&ミニ食パン 元気ヨーグルト クリームチーズ	シュガーバターコッペ ツナと野菜の炒め物 牛乳
昼	米飯 かつとし キャベツのゆかり和え みそ汁(しめじ)	米飯 あじの南蛮漬け ピーマンソテー フルーツ缶(カキ)	野菜ラーメン 揚げぎょうざ・焼売 なすのみぞれ和え	米飯 赤魚の煮付け 青菜の和え物 粕汁	キーマカレー キャベツ炒め 香の物(福神漬) フルーツヨーグルト	米飯 さばのホソ酢焼き れんこんのタラマヨ和え けんちん汁	麦ごはん 鶏肉の外巻き焼き あさりとかりんご炒め フルーツ缶(黄桃)
夕	麦ごはん さわらの漬け焼き いもち おかか和え	麦ごはん 鶏の山椒焼き 揚げさといもの味噌煮 かぶのごま和え	米飯 かれいのゆずみそ焼き 冬瓜のえびあんかけ レンコンサラダ	米飯 ミトコ 野菜ソテー フルーツ炒め	米飯 ぶりの生姜醤油焼き 冬瓜のあんかけ ほうれん草のごま酢和え	米飯 ブルキ なすの生姜あんかけ 卵豆腐	米飯 お好み焼き風卵焼き じゃがバター煮 青菜の和え物
				令和06年02月12日(月)	令和06年02月13日(火)	令和06年02月14日(水)	令和06年02月15日(木)
朝	ピザトースト&ミニクリームパン 元気ヨーグルト コーンスープ	黒糖ミルク カリフラワーのカレーソテー 牛乳	おいものクリームパン キャベツのスープ煮 牛乳	菜めし さつま揚げとしろなの煮物 まいたけのおみそ汁 グレープジュース	チョコカスター 白菜サラダ 牛乳	ポテトロール&黒糖食パン 元気ヨーグルト パンソフトクリーム	抹茶リング ハムサラダ 牛乳
昼	米飯 白身魚の唐揚げ なすの香味和え コンソメスープ	米飯 鶏肉の薬味焼き かぼちゃ炒め みそ汁(しろな)	パスタ・オ・レ レンコンサラダ ミネストローネ	米飯 鶏の赤りんご煮込み 菜の花ときのこの炒め物 デザート(いちご)	米飯 ひらす西京漬焼き 里芋まんじゅうのあんかけ ほうれん草のマスタードサラダ	米飯 松風焼き 天ぷら タマゴサラダ	米飯 金目鯛の煮付け ゴボウサラダ 粕汁
夕	米飯 豚肉の塩こうじ焼き 根菜煮 ドレッシング和え	米飯 さわらの煮付け 大根のみそ炒め 春菊の白和え	米飯 牛すき煮 いんげんの炒め 春菊の味噌和え	麦ごはん さばの山椒煮 ごぼうの甘辛炒め チンゲン菜の酢和え	米飯 きのこ入り鶏つくねの照り焼き たらこ炒め きゅうりの酢の物	米飯 ぶりの幽庵焼き ポテトバター醤油炒め 紅白なます	米飯 豚肉の炒め物 なすの煮浸し 春雨炒め
				令和06年02月19日(月)	令和06年02月20日(火)	令和06年02月21日(水)	令和06年02月22日(木)
朝	チョコトースト&ミニあんぱん 元気ヨーグルト クリームチーズ	黒糖パンのフルーツ ツナとブロッコリーのソテー 牛乳	おいものクリームパン スパゲティサラダ 牛乳	わかめご飯 ごぼうの煮物 厚揚げのおみそ汁 りんごジュース	レーズンペストリー 大豆のトマト煮 牛乳	ハンバーガー 元気ヨーグルト パンソフトクリーム	抹茶リング 小松菜の洋風煮 牛乳
昼	麦ごはん 鶏のクリーム煮 じゃがいものカレーソテー ミニサラダ	米飯 ハバークリーム かぶとウィンナーのコンソメ煮 かりんごの炒め和え	ケチャリ クリームコロッケ プリン	肉うどん ほうれん草のゆず和え フルーツ缶(白桃)	米飯 加いのマスタード焼き 大豆炒め かきたま汁	米飯 タラのポテト焼き 高野豆腐と南瓜の煮物 マカロニサラダ	米飯 弁当 インゲンのツナマスタードサラダ 粕汁
夕	米飯 あじの梅風味焼き ふろふき大根 キャベツの練りごま和え	米飯 赤魚の七味焼き 揚げだし豆腐 フルーツ缶(黄桃)	米飯 麻婆豆腐 野菜とソーセージのソテー 拌三絲	麦ごはん 卵のハンバーグ焼き 切干大根の煮物 さつまいもの炒め	米飯 鶏の甘酢あんかけ ピーマン炒め チンゲン菜のなめたけ和え	米飯 水炊き風 レンコンの胡麻醤油炒め 大根炒め	米飯 さばの塩焼き かぼちゃの煮物 菜の花の練り胡麻和え
				令和06年02月26日(月)	令和06年02月27日(火)	令和06年02月28日(水)	令和06年02月29日(木)
朝	ハチマキトースト&ミニチョコパン 元気ヨーグルト コーンスープ	カスタードクリームパン 菜の花とベーコンのソテー 牛乳	黒糖ミルク 白菜のクリーム煮 牛乳	ゆかり御飯 糸こんにゃくの炒り煮 もやしのおみそ汁 オレンジジュース	<p>● 今月の行事食 ●</p> <ul style="list-style-type: none"> 2月 3日(土) 昼食・・・節分メニュー 2月 14日(水) 昼食・・・バレンタインメニュー 2月 21日(水) 昼食・・・(世界料理：イギリス) <p>今年の恵方は。【東北東】だそうです。 昨年同様、2/3は大豆製品をコレでもかと、 献立に入れてみました。豆をまくのも良いで すが、お腹にも納めて楽しい節分になればと 思います。 (管理栄養士 Y)</p>		
昼	卵チャーハン 茄子の味噌炒め フルーツ缶(マンゴー) たけのこスープ	麦ごはん 赤魚のもろみ焼き 青菜の和え物 季節のフルーツ いちご	米飯 ピーマン ポテトソテー 盛り合わせ炒め	米飯 さわらのみりん焼き 春雨の炒め物 フルーツ缶(洋梨)			
夕	米飯 白身魚のチーズ焼き じゃが芋煮 もやしのサラダ	米飯 豚肉の生姜焼き しろなの卵とし 豆炒め	米飯 あじの蒲焼き ミニおでん 人参とかりんごのピル	米飯 豚肉のしょうがおろしあんかけ 大根のごま油炒め イカの胡麻醤油和え			