

2月のメニュー

朝	令和08年02月01日(日)						
朝	おいものクリームパン 小松菜のソテー牛乳						
夕	令和8年 2月						
夕	米飯 鶏肉のみぞ焼き さといもの煮物 カリフラワーのドレ和え						
夕	米飯 揚げだし豆腐のあんかけ ピーマンソテー さつま芋サラダ						
朝	令和08年02月02日(月)						
朝	トースト&丸ロール ヨーグルト クリームドーナツ	トースト スクランブルエッグ 牛乳	りんりんりんご 野菜のコンソメ煮 牛乳	わかめご飯 れんこんの煮物 みそ汁 グレープジュース	カスタークリームパン 野菜ときのこのソテー牛乳	ホットドッグ &ミニ食パン ヨーグルト コーンスープ	おいものクリームパン 白菜のクリーム煮 牛乳
夕	米飯 ひらすの香草焼き 切干大根煮 青りんごゼリー	巻き寿司 厚揚げの野菜あんかけ 五目白和え 豆乳プリン	かき揚げそば じゃがいものソテー もやしのごま和え	米飯 タラのパリソース焼き ごぼうの煮物 菜の花の和え物	ネギトロアボカド ほうれん草サラダ 赤だし 麻	米飯 あじの梅風味焼き ジャーマンドレッシング ほうれん草のおかか和え	麦ごはん タラフライ&アジフライ ひじき煮 豆腐サラダ
夕	米飯 ミートローフ キャベツソテー 菜の花と卵の和え物	米飯 鶏肉の照り焼き 野菜のトマト煮 白菜の和え物	米飯 さばの竜田揚げ じゃこの炒め物 カリフラワーのゆかり和え	米飯 麻婆なす ビーフ焼 ブロッコリーの和え物	米飯 チキンピラフ キャベツのみぞ炒め かぼちゃサラダ	麦ごはん 鶏の山椒焼き 磯部揚げ 炒り卵サラダ	米飯 キッシュ 野菜のコンソメ煮 キャベツのドレ和え
朝	令和08年02月09日(月)						
朝	ピザトースト&ショコラロール ヨーグルト クリームドーナツ	レーズンベストリー パンと野菜のソテー牛乳	りんりんりんご カリフラワーサラダ 牛乳	ゆかり御飯 じゃがいもと厚揚げの煮物 みそ汁 アップルジュース	トースト かぼちゃのスープ煮 牛乳	ハンバーガー ⁺ ヨーグルト コーンスープ	抹茶リング 白菜のクリーム煮 牛乳
夕	米飯 ぶりの照り焼き チンゲン菜の和え物 れんこんみそ汁	米飯 豚の生姜焼き 冬瓜の煮物 白桃缶	米飯 さわらの煮付け ほうれん草リーフ 豆サラダ	米飯 チャーチ こうや煮 カブの塩こうじ和え	焼き鶏丼 茄子の味噌炒め オニオンサラダ	ビーフチャーハン キャベツサラダ チョコソバロア	麦ごはん アジの焼き南蛮漬け じゃが芋煮 リンゴ缶
夕	米飯 鶏肉の外リソース焼き カレーソテー ブロッコリーの和え物	米飯 たらの揚げ煮 ホテの炒め物 なすの和え物	麦ごはん お好み焼き風卵焼き かぶのコリヤ煮 小松菜のゆ和え	米飯 ひらすのかー焼き 大根の煮物 冷奴	米飯 メバルの七味焼き 里芋の煮物 カロニサラダ	米飯 ハムカツ&フライドポテト ごぼうの旨煮 カボチャの和え物	米飯 鶏肉のチーズソースかけ カリラバーのかー炒め 卵と胡瓜の和え物
朝	令和08年02月16日(月)						
朝	イックロール&イエローロール ヨーグルト クリームドーナツ	黒糖ミルク 青菜のソテー牛乳	レーズンベストリー 小松菜のカニカマサラダ 牛乳	わかめご飯 大根とちくわの煮物 みそ汁 グレープジュース	カスタークリームパン トマト煮 牛乳	ソマヨロール&黒糖ロール ヨーグルト コーンスープ	おいものクリームパン 野菜とソーセージのソテー牛乳
夕	米飯 揚げ鶏のレモン漬け ちくわとイカソ煮 きゅうりの酢の物	米飯 鰯のみりん焼き ポテトのマカロニ炒め 菜の花の和え物	スープ焼きそば風 コロッケ ツナサラダ	米飯 肉団子のあんかけ じゃが芋とじゃこの炒め物 ブロッコリーのごま和え	ほうれん草カレー カリフラワーのソテー 福神漬 小松菜の和え物	米飯 ホキの香味ソースかけ チャーチソリーフ 菜の花のからし和え	米飯 豚肉のチーズパン粉焼き ピーマンとちくわの炒め物 キャベツサラダ
夕	米飯 カレイのだけのこあんかけ 菜の煮浸し 豆腐サラダ	米飯 鶏肉の梅肉焼き ピーマンソテー ⁺ ほうれん草の辛子醤油和え	麦ごはん 柳川風卵とじ ウイナーモヤシの炒め物 白菜の和え物	麦ごはん 赤魚の煮付け しげ茄子 ほうれん草のごま和え	米飯 ひらすの塩麹焼き レンコンの煮物 もずく酢	米飯 麻婆豆腐 野菜リーフ 南瓜のごま和え	米飯 さわらの味噌煮 洋風卵焼き ほうれん草のなめだけ和え
朝	令和08年02月23日(月)						
朝	パントースト&イエローロール ヨーグルト クリームドーナツ	レーズンベストリー 野菜のスープ煮 牛乳	丸ロール キャベツソテー 牛乳	ゆかり御飯 大豆の煮物 みそ汁 アップルジュース	抹茶リング ほうれん草ソテー牛乳	ハンバーガー ⁺ 元気ヨーグルト コーンスープ	●
夕	麦ごはん かれいのマカロニ焼き 冬瓜の煮物 カボチャのとろろ和え	中華丼 揚げぎょうざ フルーツカクテル	米飯 さばの塩焼き じゃがいものカレーソテー 菜の花のマヨ和え	ミートパゲティ 玉ねぎのコンソメスープ プリンケーキ	米飯 白身魚の野菜あんかけ ほうれん草の和え物 れんこんみそ汁	麦ごはん ぶりの生姜煮 モヤシのポン酢和え マンゴー缶	●
夕	米飯 鶏すき煮 なすの炒め物 チンゲン菜のお浸し	米飯 みのちゃんちゃん焼き 切干大根の炒め煮 カリフラワーのゆかり和え	米飯 和風チキンステーキ さといもの揚げ煮 ほうれん草のさっぱり和え	米飯 タラの煮付け 青椒肉絲 白菜の香味和え	麦ごはん 豚肉の華風焼き 小松菜の洋風煮 マセドソラダ	米飯 鶏の唐揚げ かぼちゃの煮物 白菜の二色和え	●

●今月の行事食●

- 2月03日(火)昼食・・・節分メニュー
- 2月14日(土)昼食・・・バレンタインメニュー
- 2月18日(水)昼食・・・お楽しみメニュー(栃木県)

1月末からさらに寒くなりました。あったかメニューを食べると利用者さんも職員もほっこりしているようで提供側としても満足しています(笑)

右上の写真は、1月に提供した【サンマーメン】です。野菜炒めにあんかけスープをたっぷりかけた一品。「あったまるわ~」とご満悦な様子が見られました(*'ω'*) 管理栄養士 Y

