

献立表

2018年2月1日 ~ 2018年2月14日

日付	朝食	昼食	3時おやつ	夕食
2/1 木	パン スクランブルエッグ 青菜のお浸し 牛乳	ひじきご飯 赤魚の照焼 山菜巾着と野菜の煮物 きのごマリネ ヨーグルト (苺ソース)	ドームケーキ (カスタード)	ごはん みそ汁 ネギ塩炒め キャベツと蟹の和え物
2/2 金	マーブル食パン ハンペンと青菜の煮浸し カリフラワーサラダ いちご牛乳	ごはん 鶏肉の塩麴焼き かぶの煮物 オクラのポン酢和え バナナと黄桃缶	抹茶ワッフル	ごはん みそ汁 アジの香味焼き 隠元のゴマ和え
2/3 土	パン 魚肉ソーセージソテー ヨーグルト (キウイソース) 豆乳麦芽コーヒー	節分おこわ 赤だしみそ汁 海老入り卵焼き いわしつみれの煮物 ツナの和え物	おはぎ (きなこ)	ごはん かれいの蒲焼き 刻み昆布の炒り煮 小松菜の辛子和え
2/4 日	キャロット食パン クラムチャウダー 白菜のお浸し 野菜ジュース	ごはん 鶏肉のケチャップ焼 もやしソテー マカロニサラダ バナナと黄桃缶	セレクトジュース	ごはん コンソメスープ たらの生姜煮 ほうれん草のお浸し
2/5 月	パン 大根の煮物 春菊のおかか和え コーヒー牛乳	ゆかりご飯 豚汁 さばのみりん焼 厚揚げの甘辛炒め 菜の花のマヨ和え	かりんとうドーナツ	ごはん 豚肉の味噌炒め ひじきの五目煮 清まし汁
2/6 火	黒糖食パン トマト煮 畑菜サラダ 飲むヨーグルト	ごはん 豚肉の生姜焼き 南瓜のいとし煮 小松菜のドレ和え 白桃とりんご缶	カスタードケーキ	ごはん みそ汁 千草焼き きゅうりの和え物
2/7 水	胚芽食パン 焼き豆腐の煮物 ヨーグルト (マンゴーソース) 豆乳	ごはん ホキのマヨネーズ焼 肉じゃが 筍サラダ キウイとみかん缶	芋ようかん	ごはん みそ汁 鶏肉の山椒焼 キャベツと揚げの磯和え
2/8 木	パン ハンペンの卵とじ 青菜の胡麻和え 野菜ジュース	チキンカレー コンソメスープ カリフラワーソテー 酢味噌和え	桃まんじゅう	ごはん 赤魚の煮付け 高野豆腐の煮物 もやしのナムル
2/9 金	マーブル食パン 白菜の炒め煮 パインのコンポート 豆乳麦芽コーヒー	ごはん 鶏肉の柚子こしょうソース ブロッコリーソテー 春雨サラダ はちみつヨーグルト	バレンタイン クッキング (ほほえみ喫茶)	ごはん 清まし汁 メヌケの味噌焼 青梗菜のお浸し
2/10 土	パン マカロニコンソメ煮 玉子サラダ いちご牛乳	ごはん 清まし汁 アジの和風ムニエル ハムソテー しろ菜のお浸し	杏仁豆腐	ごはん チンジャオロース さつま芋の煮物 はりはり漬け
2/11 日	キャロット食パン 彩り豆腐 りんごのコンポート 牛乳	ごはん 鶏肉のパン粉焼 味噌煮 ひじきの五目サラダ オレンジ	セレクトジュース	ごはん みそ汁 たらの磯辺焼き 春菊のお浸し
2/12 月	パン チーズスクランブルエッグ スパサラダ 野菜ジュース	ごはん みそ汁 めだいの塩麴焼き 刻み昆布の炒り煮 ポテトサラダ	スイスロール (モカ)	ごはん 野菜の中華炒め 冬瓜の蟹あん 帆立風味サラダ
2/13 火	黒糖食パン 洋風ソテー ヨーグルト (マンゴーソース) コーヒー牛乳	ごはん 鶏肉の照焼 金平ごぼう ほうれん草の和え物 フルーツカクテル	今川焼	ごはん 清まし汁 さばの生姜煮 竹輪ソテー
2/14 水	胚芽食パン 厚揚げの煮物 小松菜サラダ いちご牛乳	ごはん コロッケ盛合せ ベーコンソテー コールスロー メロンとみかん缶	チョコレートケーキ	ごはん みそ汁 ポークチャップ 野菜サラダ