

2025年 2月 献立表 [常食]

						1 (土)		2 (日)	
朝食						米飯 味噌汁(なす) 冬瓜と揚げの煮物 漬物 牛乳	レーズンパン コンソメスープ ミートボール フルーツ(りんご缶) 牛乳		
昼食						赤飯 味噌汁(たまねぎ) カレイの磯香ムニエル 白菜の煮物 さつまいもサラダ	シーフードカレー 野菜サラダ フルーツヨーグルト 漬物		
昼間食						いちごプリン	抹茶まんじゅう		
夕食						米飯 味噌汁(もやし) 牛肉のブルコギ風 こんにゃくの炒め物 わかめの酢の物	米飯 味噌汁(キャベツ) たらのチーズ焼き ごぼうのしぐれ煮 ブロッコリーのしらす和え		
	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)	9 (日)		
朝食	米飯 味噌汁(さつまいも) 大根土佐煮 佃煮(たいみそ) 牛乳	米飯 味噌汁(大根) きんぴらごぼう ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(なす) ちくわの煮物 漬物 牛乳	なめし雑炊 味噌汁(キャベツ) 厚揚げ煮 牛乳	米飯 味噌汁(えのき) ピーマンそぼろ炒め ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(ごぼう) 切干大根の煮物 漬物 牛乳	ロールパン コンソメスープ(白菜) はんぺんバター炒め フルーツ(白桃缶) 牛乳		
昼食	巻き寿司 赤だし(豆腐) 筑前煮 ゼリー	コーンピラフ コンソメスープ コロケとサラダ 杏仁豆腐	わかめご飯 塩ラーメン 海老しゅうまい フルーツ(みかん)	米飯 味噌汁(大根) 肉じゃが コーンときのこのソテー わかめの酢味噌和え	米飯 味噌汁(まいたけ) 鮭のピザ焼き 五目炒め オクラと長芋の和え物	米飯 スープ(たまご) 麻婆豆腐 春巻き 中華サラダ	米飯 味噌汁(かぼちゃ) めばるの照り焼き 高菜炒め 白菜のゆかり和え		
昼間食	ポーロ	エクレア	えらべるおやつ	プリン	黒糖まんじゅう	ドーナツ	青りんごゼリー		
夕食	米飯 味噌汁(しめじ) 鶏の柳川煮 小松菜とあげの炒め物 カリフラワーの甘酢和え	米飯 味噌汁(たまねぎ) カレイのしそ焼き 南瓜のクリーム煮 高野豆腐のごま和え	米飯 味噌汁(冬瓜) 牛肉のおろしかけ きのこ炒め 青梗菜のナムル	米飯 味噌汁(じゃがいも) タラの野菜あんかけ がんも煮 ほうれん草のなめ茸和え	米飯 味噌汁(小松菜) 五目卵焼き 魚肉ソーセージの炒め物 さつまいもサラダ	米飯 豚汁 さごしの幽庵焼き かぼちゃの煮物 春菊のお浸し	米飯 味噌汁(しいたけ) 鶏の梅香やき えびボールの煮物 オニオンサラダ		
	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	15 (土)	16 (日)		
朝食	米飯 味噌汁(ほうれん草) 里芋の煮物 佃煮(ねり梅) 牛乳	米飯 味噌汁(もやし) 五目厚焼たまご ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(里芋) さつまいもの煮物 漬物 牛乳	雑炊 味噌汁(白菜) かぼちゃの煮物 牛乳	米飯 味噌汁(大根) がんも煮 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(たまご) もやしカレー炒め 漬物 牛乳	あんぱん コンソメスープ ほうれん草ソテー フルーツ(洋梨缶) 牛乳		
昼食	ボークカレー コールスローサラダ フルーツヨーグルト 漬物	米飯 味噌汁(キャベツ) 鶏のから揚げ 切干大根煮 中華サラダ	菜飯 たまごとうどん 五目煮 フルーツ(バナナ)	米飯 すまし汁(豆腐) 豚のねぎ焼き ふろふき大根 キャベツとしいたけのゴマ酢	米飯 味噌汁(じゃがいも) 鮭のムニエル もやし炒め 花花サラダ	そぼろ丼 味噌汁(ごぼう) じゃが芋のツナ煮 フルーツ(パイナップル)	米飯 味噌汁(かぼちゃ) 白身魚フライ 豆苗の炒め物 ピーマンのおかか和え		
昼間食	サッポロポテト	酒まんじゅう	えらべるおやつ	オレンジゼリー	ハートのチョコプリン	ケーキ	メープルブチケーキ		
夕食	米飯 味噌汁(なす) カレイの白醤油漬け 冬瓜の吉野煮 ブロッコリーのサラダ	米飯 すまし汁(まいたけ) 鱈の味噌煮 かぼちゃソテー 青梗菜のピーナツ和え	米飯 味噌汁(しめじ) 牛肉と蓮根の甘辛煮 シーフード炒め ほうれん草のくるみ和え	米飯 味噌汁(しいたけ) 赤魚の西京焼き 高野豆腐の煮物 わけぎのぬた	米飯 味噌汁(小松菜) 青椒肉絲 ピーマン炒め もずくの酢の物	米飯 中華スープ(春雨) タラの塩たれあんかけ 炒り豆腐 漬物盛り合わせ	米飯 味噌汁(えのき) 豚肉の生姜焼き なすの揚げ煮 白菜のポン酢しょうゆ		
	17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)	22 (土)	23 (日)		
朝食	米飯 味噌汁(たまねぎ) ちくわの煮物 佃煮(ゆずみそ) 牛乳	米飯 味噌汁(さつまいも) 五目きんちゃく煮 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(ほうれん草) じゃがいもソテー 漬物 牛乳	雑炊 味噌汁(かぼちゃ) 切干大根の煮物 牛乳	米飯 味噌汁(キャベツ) ウィンナーソテー ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(じゃがいも) 冬瓜と厚揚げの煮物 漬物 牛乳	ロールパン コンソメスープ オムレツ フルーツ(みかん缶) 牛乳		
昼食	ミートスパゲティ コンソメスープ(白菜) かにクリームコロケ フルーツ(白桃缶)	米飯 味噌汁(大根) 親子煮 野菜金平 わかめの酢の物	米飯 味噌汁(しいたけ) 肉豆腐 海老しゅうまい 長芋の酢の物	米飯 味噌汁(冬瓜) さごしの味噌マヨ焼き 厚揚げの煮物 オクラの和え物	《リクエストメニュー》 米飯 味噌汁(ごぼう) おでん 高菜炒め きのこサラダ	米飯 中華スープ(たまご) エビマヨ 大根のおかか煮 カニカマサラダ	米飯 ビーフシチュー コールスローサラダ フルーチェ		
昼間食	たこやき	田舎まんじゅう	えらべるおやつ	ぶどうゼリー	かつばえびせん	コンフェ	ウエハース		
夕食	米飯 味噌汁(しめじ) ほっけの磯辺焼き 干草焼き もずくの酢の物	米飯 味噌汁(もやし) 焼肉風 青梗菜の煮浸し 白和え	米飯 すまし汁(えのき) さごしの味噌マヨ焼き こんにゃくの炒め物 ブロッコリーのピーナツ和え	米飯 味噌汁(なす) 八宝菜 大豆のトマト煮 春雨の酢の物	米飯 味噌汁(白菜) たらのチーズ焼き はんぺんの卵とじ なます	米飯 味噌汁(豆腐) チキンソテー れんこんの甘辛煮 白菜の胡麻和え	米飯 味噌汁(まいたけ) 白身魚のパン粉焼き さつまいもの昆布煮 ほうれん草の和え物		
	24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)				
朝食	米飯 味噌汁(冬瓜) えびボールの煮物 のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁(じゃがいも) なすの煮物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(キャベツ) 小松菜の煮びたし 漬物 牛乳	卵雑炊 味噌汁(小松菜) 大豆の煮物 牛乳	米飯 味噌汁(里芋) かぼちゃのいとこ煮 ふりかけ 牛乳				
昼食	ゆかりご飯 しょうゆラーメン 肉しゅうまい ゼリー	にぎり寿司 赤だし 根菜煮 フルーツ(みかん)	米飯 味噌汁(かぼちゃ) 豚肉のガーリック焼き 5色金平 きゅうりの和え物	炊き込みご飯 味噌汁(たまねぎ) さばの塩焼き 五目ひじき フルーツ(マンゴー缶)	カレーライス 野菜サラダ フルーツポンチ 漬物				
昼間食	パンケーキ	いちごプリン	えらべるおやつ	キャラメルコーン	抹茶まんじゅう				
夕食	米飯 味噌汁(大根) さごしの幽庵焼き かぼちゃの含め煮 カリフラワーの甘酢和え	米飯 味噌汁(白菜) 甘辛照り焼きチキン 大根のそぼろ煮 もやしのごまドレ和え	米飯 スープ(たまご) カレイの酒蒸し 高菜炒め 青梗菜と錦糸の和え物	米飯 味噌汁(豆腐) 煮込みハンバーグ 冬瓜の吉野煮 フレンチサラダ	米飯 味噌汁(もやし) 赤魚の生姜煮 ほうれん草のクリーム煮 とろろいも				

2月行事食

3日 巻き寿司(節分)

21日 リクエストメニュー  
おでん

25日 にぎり寿司

