



2月の献立



*食材の調達状況等により献立を変更させていただく場合があります。
※()は麺類、ソフト、ミキサー食のメニューとなります。

	01(日)	02(月)	03(火)	04(水)	05(木)	06(金)	07(土)
朝	ほうれん草のグリーム煮 フルーツ(ぶどう缶) 牛乳 野菜スープ(インゲン・コロールパン)	ワインソース一 きやべつのおかか和え 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(玉葱・わかめ) 米飯(150g)	厚揚げのオイスター炒め もやしとかこまの中華和え 牛乳 明太風味ソース 味噌汁(小松菜・鶏) 米飯(150g)	肉団子甘酢あん 春菊のポン酢和え 牛乳 ふりかけ(さけ) 味噌汁(ワカメ・カイワレ) 米飯(150g)	里芋のそぼろ煮 白菜の塩昆布和え 牛乳 ふりかけ(たらこ) 味噌汁(白玉ふ・きぬさや) 米飯(150g)	さつま揚の炒めもの もやしのナムル 牛乳 たいみそ 味噌汁(葉の花・大根) ご飯(150g)	焼き豆腐の煮物 なめたけおろし 牛乳 味噌汁(ねぎ・小松菜) 米飯(150g)
	おでん しらつきの炒めもの いちごババロア 中華風焼き込みご飯(150g)	とり天 いわしの梅煮 さつま芋きんとん 節分汁 米飯(150g)	握り寿司 茶碗蒸し 菜の花の柚子香和え あさりの赤だし	ホキのバター醤油焼 冬瓜のねぎほたてあんかけ ボテトサラダ 味噌汁(椎茸・きぬさや) 米飯(150g)	どて煮風 ほうれん草と卵の炒りつけ 茄子の胡麻和え 清汁(えのき・キャベツ) 米飯(150g)	ところ昆布と梅のあったかうどん 卵焼き ビーチゼリー	メルルーサのきのこあんかけ マカロニのトマト煮 フルーツ(白桃缶) 味噌汁(もやし・ほうれん) 米飯(150g)
間 2	サラダせんべい	バームクーヘン	吹雪饅頭	ミルククリームせんべい	今川焼	ロールケーキ	カステラ
	千草焼き さつま揚げとピーマンの甘辛炒め 味噌汁(椎茸・大根葉) 米飯(150g)	鮭のごま味噌焼き 切り昆布の煮付け りんごのコンポート 米飯(150g)	鶏肉と白菜のとろとろ煮 ピーフンソーテー ¹ フルーツ(黄桃) 米飯(150g)	バーベキューポーク キャベツとソナのコンソメ煮 フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)	鰯の粒マスタード焼き 金平ごぼう フルーツ(バナナ) 米飯(150g)	カレイの煮つけ いんげんと春雨の炒め物 フルーツ(みかん缶) 米飯(150g)	鶏肉となすのみそ炒め 高野豆腐煮付け 海藻サラダ 米飯(150g)
	08(日)	09(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
朝	オムレツ りんごのコンポート 牛乳 クラムチャウダー ジャムパン	竹輪と白菜の中華炒め 大根サラダ 牛乳 梅びしお 味噌汁(わかめ・なめこ) 米飯(150g)	納豆 肉団子と野菜の煮物 牛乳 味噌汁(白玉麩・チンゲン菜) 米飯(150g)	がんものの煮物 もやしの漬物和え 牛乳 ふりかけ(たらこ) 味噌汁(なす・玉ねぎ) 米飯(150g)	豚バラ大根 ほうれん草のおかか和え 牛乳 たいみそ 味噌汁(わかめ・なめこ) 米飯(150g)	肉団子の煮物 れんこんのカニカマ和え 牛乳 ふりかけ(梅しそ) 味噌汁(じら・厚揚げ) 米飯(150g)	豆腐チャンブル 白菜の浅漬け風 牛乳 ふりかけ(かつお) 味噌汁(しめじ・スナップエンドウ) 米飯(150g)
	チキンカレー 福神漬 オイマヨサラダ ブルーベリーヨーグルト	さわらの葉種焼き 人参しりり 卯の花 味噌汁(なす・にら) 米飯(150g)	ミートソースのスペインオムレツ ブロッコリーのソテー ¹ りんごゼリー ¹ 野菜スープ(タマネギ・コーン) ロールパン	八王子ラーメン シユーマイ キャベツサラダ	酢鶏 冬瓜のコンソメ煮 ひじきの白和え 味噌汁(花麩・春菊) 米飯(150g)	鮭の塩焼き 筑前煮 フルーツ(カクテル缶) 味噌汁(えのき・ホウレンソウ) 米飯(150g)	ハートのコロッケ ブロッコリーのサラダ チョコレートロールケーキ コンソメスープ(コーン・小松菜) ほたてピラフ
間 2	人形焼き	マドレーヌ	ミニたこ焼き	ババロア(抹茶)	おかき	もみじ饅頭	チヨコババロア
	赤魚の塩こうじ焼き かぼちゃサラダ 味噌汁(小町麩・えのき) 米飯(150g)	豚肉の生姜焼き ほうれん草の胡麻和え 洋梨のコンポート 米飯(150g)	鯖のみりん漬焼き しらたきといんげんの中華煮 フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	蒸し野菜のそぼろあんかけ 切干大根 りんごのコンポート 炒り卵ご飯(150g)	鰯の梅焼き 茄子の田楽 フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)	鶏肉のトリースかけ ワインナーとかぶの塩煮 フルーツ(バナナ) 米飯(150g)	蒸し豚の酢味噌ソース りんご芋きんとん もやしと人参のナムル 米飯(150g)
	15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
朝	スクランブルエッグ フルーツ(白桃缶) 牛乳 グリーンピースのポタージュ レーズンロール	つみれの煮物 卵豆腐 牛乳 ふりかけ(さけ) 味噌汁(玉葱・油揚げ) 米飯(150g)	ワインソースー もやしとみつばの和風和え 牛乳 かつおみそ 味噌汁(キヌサヤ・白玉麩) 米飯(150g)	さつま揚げの生姜炒め 胡瓜としらすのポン酢和え 牛乳 のり佃煮 味噌汁(小松菜・葱) 米飯(150g)	エビと白菜の中華粥 シユーマイ ほうれん草のごま和え 牛乳 味噌汁(大根・麩)	車麩のそぼろ煮 鮭おろし 牛乳 味噌汁(わかめ・ネギ) 米飯(150g)	肉団子甘酢あん 海藻サラダ 牛乳 のり佃煮 味噌汁(ほうれん草・ふ) 米飯(150g)
	タンドリーチキン キャベツのソテー ¹ コンソメスープ(玉葱・アスパラ) 米飯(150g)	焼きそば 鶏肉の塩昆布炒め いちごゼリー ¹ 中華スープ(ネギ・ゴボウ)	鮭の和風タルタル焼き さつま揚げのさっと煮 きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(葉の花・わかめ) 米飯(150g)	蒸し鶏パンバンジーソース なすのそぼろ炒め プロコリーと海老のサラダ 清汁(蒲鉾・ミツバ) 菜飯(150g)	赤魚の竜田焼き 南瓜のきんとん 菜の花のザーサイ和え 味噌汁(小松菜・油揚) 米飯(150g)	イタリアンチキンステーキ 焼きビーフン コールスローラダ コンソメスープ(しめじ・食パン)	ドライカレー ジャーマンポテト 福神漬 フルーツ(オレンジ)
間 2	せんべい(ほたぼた焼き)	人形焼き	ロールケーキ	おかき	チヨコバウム	どら焼き	青りんごゼリー
	たらの香草焼き がんものの煮物 味噌汁(白菜・ねぎ) 米飯(150g)	鯖の味噌煮 なすとベーコンのソテー ¹ 洋梨のコンポート 米飯(150g)	豚肉のすき焼き風煮 温泉卵 フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	ぶりの照り焼き 切り昆布の煮物 フルーツ(白桃缶) 米飯(150g)	チキン南蛮 豆腐の野菜あんかけ フルーツヨーグルト 米飯(150g)	八宝菜 キャベツとソナのマヨサラダ フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)	鮭の塩こうじ焼き 里芋の煮っころがし 蒲鉾とわかめのぬた和え 米飯(150g)
	22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
朝	大豆のトマト煮 フルーツ(りんご缶) 牛乳 コンソメスープ(コーン・アスパラ) 黒糖食パン	納豆 金平大根 牛乳 味噌汁(青梗菜・わかめ) 米飯(150g)	冬瓜のそぼろ煮 キャベツのゆかり和え 牛乳 ふりかけ(かつお) 味噌汁(油揚げ・絹さや) 米飯(150g)	ワインソースー ほうれん草のおかか和え 牛乳 たいみそ 味噌汁(水菜・卵) 米飯(150g)	さんまのカツオ煮 白菜の浅漬け風 牛乳 味噌汁(えのき) 米飯(150g)	目玉焼き ほうれん草のソテー ¹ 牛乳 味噌汁(なめこ・絹さや) 米飯(150g)	たぬき豆腐 菜の花のごま和え 牛乳 のり佃煮 味噌汁(ネギ・エノキ) 米飯(150g)
	なすと鶏肉の大葉まみれ 切干大根の煮物 ちくわときゅうりの四川風 清汁(板麩・水菜) 米飯(150g)	ホキの粒マスター焼き 白菜どちらの中華煮 もやしと水菜の塩昆布和え 味噌汁(大根・花麩) 米飯(150g)	ミートローフ ほうれん草のカレーソテー ¹ タラモサラダ 野菜スープ(白菜・スナップエンドウ) 食パン	鮭の蒲焼き 切干大根 胡瓜の酢の物 味噌汁(花麩・玉葱) 米飯(150g)	五目炒飯 蒸し鶏のサラダ たまごスープ	ナポリタン カニカマサラダ コーヒーゼリー ¹ コーンスープ	赤魚のアクアパッツア じゃが芋のソテー ¹ フルーツ(バナナ) コンソメスープ(コーン・小松菜) 米飯(150g)
間 2	リングドーナツ	黒糖饅頭	雪の宿	マドレーヌ	今川焼(カスター)	厚切りバウム	サラダせんべい
	白身フライ がんものの煮物 味噌汁(花麩・玉葱) 米飯(150g)	蒸し鶏梅ソースかけ 小松菜と卵の炒りつけ 洋梨のコンポート 米飯(150g)	たらのバター醤油焼き 五目煮豆 フルーツ(みかん缶) 米飯(150g)	鶏肉のポン酢煮 焼きビーフン りんごのコンポート 米飯(150g)	豆腐チャンブル さつまいもの照り煮 フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	鮭のみぞれ煮 さつま揚げと白菜の煮物 フルーツ(マンゴー缶) 米飯(150g)	クリームコロッケ きんぴらごぼう オクラの機和え 米飯(150g)
朝	 【平均栄養価】 エネルギー 1,457Kcal たんぱく質 52.4g 脂質 42.2g 炭水化物 228.0g	【2月行事食】 2月3日昼 節分 2月14日昼 バレンタインデー					
昼							
間 2							
夕							
朝							
昼							
間 2							
夕							