

2 月

献立表

	(月)	(火)	(水)	1 (木)	2 (金)	3 (土)	4 (日)
昼食				ご飯 ◎とんかつ ◎鮭のムニエル スナップエンドウのソテー 春雨サラダ たまごスープ りんご	ご飯 ◎肉豆腐 ◎さばの梅肉焼き 南瓜のいとこ煮 ブロッコリーとツナの和え物 すまし汁 フルーツミックス缶	節分 	◎カレーうどん ◎とろろそば さつま芋の天ぷら ささ身ともやしの和え物 バナナ
	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)	11 (日)
昼食	ご飯 ◎スパニッシュチーズオムレツ ◎豚肉と白菜のミルク煮 いんげんとウィンナーのソテー グリーンサラダ コンソメスープ 黄桃缶	ご飯 ◎豚肉の味噌漬け焼き ◎いか団子の和風煮込み 生揚げとぜんまいの煮物 めかぶの和え物 すまし汁 りんご缶	ご飯 ◎具たくさんチャプチェ ◎カレイの煮付け 青梗菜と海老の煮物 もやしの和え物 味噌汁 フルーツミックス缶	◎牛丼 ◎ネギトロ丼 里芋といかの煮物 白菜とささ身のおろし生姜和え すまし汁 洋梨缶	ご飯 ◎豆腐の味噌チーズ焼き ◎親子煮 金平蓮根 切干大根の柚子浸し すまし汁 みかん	ご飯 ◎ロールキャベツ ◎サーモンフライ ジャーマンポテト マカロニサラダ コーンポタージュ 白桃缶	ご飯 ◎牛焼肉炒め ◎さばの利休焼き 焼売 くらげの中華和え たまごスープ 杏仁豆腐
	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	17 (土)	18 (日)
昼食	ご飯 ◎キーマカレー ◎シーフードシチュー 南瓜コロッケ イタリアンサラダ コンソメスープ りんご缶	お楽しみ食 	ご飯 ◎温しゃぶのポン酢かけ ◎鮭のタルタル焼き 茄子の炒め煮 錦糸サラダ あおさの味噌汁 みかん	ご飯 ◎デミグラスハンバーグ ◎白身魚フライ ポトフ 白菜のゆかり和え かきたま汁 りんご	対面料理 	ご飯 ◎豚肉の柚子胡椒焼き ◎海鮮五目煮 ピーマン炒め ポテトサラダ 味噌汁 ブルーチェメロン	ご飯 ◎つくね照り焼き ◎さばの味噌煮 かぶとベーコンの煮物 ひじきとツナの和え物 すまし汁 みかん缶
	19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	24 (土)	25 (日)
昼食	お祝い膳 	ご飯 ◎ビーフシチュー ◎キッシュ ほうれん草とコーンのソテー マカロニサラダ クラムチャウダー パイ缶	ご飯 ◎豆腐のキムチ味噌煮 ◎赤魚の酒粕漬け焼き ぜんまいの煮物 豆苗と帆立の和え物 すまし汁 みかん	寿司三味 	ご飯 ◎鶏天 ◎白身魚のバター醤油焼き 角麩の煮物 キャベツの塩昆布和え 味噌汁 キウイヨーグルト	◎麻婆丼 ◎中華丼 焼売 にらともやしのナムル 中華スープ 杏仁豆腐	ご飯 ◎鶏のから揚げ ◎ぶりの照り焼き ひじきと大豆の煮物 白菜のかおり和え すまし汁 フルーツミックス缶
	26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	(金)	(土)	(日)
昼食	ご飯 ◎豚肉の生姜炒め ◎鰯のカレームニエル 細切昆布の煮物 蓮根の梅和え 味噌汁 みかん	ご飯 ◎鶏肉のハニーマスタード焼き ◎フリッター ジャーマンポテト 豆サラダ ヤングコーンスープ 洋梨缶	◎ほうとうきしめん ◎鶏南蛮そば 焼きさつま揚げ 豆苗としらすのわさび醤油和え パイ缶	ご飯 ◎鶏肉とかぶのシチュー ◎白身魚のチリソースかけ 茄子とベーコンの炒め物 チンゲン菜の和え物 たまごスープ パイ缶			

※一部変更になる場合があります。ご了承下さい。 愛生苑 管理栄養士