



2月の献立表



	2月 1日 (金)	2月 2日 (土)	2月 3日 (日)	2月 4日 (月)	2月 5日 (火)	2月 6日 (水)	2月 7日 (木)
朝食	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) のり佃 <共通料理> ☆炒り豆腐	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) ビーフふりかけ <共通料理> ☆オムツ	<A> しらす雑炊 味噌汁 (わかめ) <共通料理> ☆あんかけ豆腐	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (麩) たらこふりかけ <共通料理> ☆卵とじ (はんぺん)	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) 梅びしお <共通料理> ☆厚揚げの煮物	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (じゃがいも) ・おかかふりかけ <共通料理> ☆スクランブルエッグ	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (麩) のり佃 <共通料理> ☆ウインナーソテー
昼食	赤飯 (150g) 和風ハンバーグステーキ ・大豆煮豆 ・貝割れサラダ 清汁 (ふ) ヨーグルト	坦々うどん ・ちくわの磯部揚げ ピーマンのツナ和え 缶果物 (黄桃缶)	巻き寿司 梅煮 (さんま) ほうれん草の胡麻和え 清汁 (ふ) 卵ボーロ	・ご飯 (150g) 鮭の南蛮漬け 青梗菜の煮物 ・長芋とオクラの磯和え 味噌汁 (なす) 缶果物 (みかん缶)	・ご飯 (150g) 鱈の塩焼き アスパラの炒め物 トマトサラダ 味噌汁 (しめじ) 果物 (パイナップル) ラベンダー オリーブ おき焼き	・ご飯 (150g) 鶏肉の梅焼き きんぴら (レンコン) 和え物 (白菜) 清汁 (ふ) 缶果物 (ミックス)	・ご飯 (150g) 赤魚の煮付け たらこスパゲッティ からし和え (チンゲン菜) 赤だし (えんき) 缶果物 (白桃缶)
夕食	・ご飯 (150g) ホッケの塩焼き 菊菜のじゃこ炒め もやしの和え物 味噌汁 (ふ) 漬物 (しば漬)	・ご飯 (150g) サケの幽庵焼き ひじきの煮物 ポテトサラダ 味噌汁 (ふ) 漬物 (刻みたくあん)	・ご飯 (150g) カレーの煮付け ・南瓜のはちみつレモン煮 和え物 (白菜) 味噌汁 (ふ) 漬物 (かっぱ)	・ご飯 (150g) ・お好み焼き 炒め物 (いんげん) サラダ (カブ花) 味噌汁 (豆腐) 漬物 (高菜漬)	・ご飯 豚肉の辛子醤油炒め ・ふろふき大根 和え物 (チンゲン菜) 味噌汁 (ふ) 漬物 (紀ノ川)	・ご飯 (150g) 白身魚のカレーマヨ焼き 五目野菜煮 ・わさび酢和え 味噌汁 (ふ) (もやし) 漬物 (しば漬)	・ご飯 (150g) ミートオムツ ケチャップ添え 付合 ・蒸ししゅうまい ほうれん草の錦糸和え コンソメスープ (玉葱) 漬物 (かっぱ)
3時	田舎饅頭 ※バニラババロア	チョコパイ ※イチゴムース	さつま芋饅頭 ※プリ	鈴カステラ ※オレンジゼリー	ミニカスタードワッフル ※パインムース	カステラ ※マロンババロア	バナナカステラ ※青りんごゼリー

♥シナモン・セージ

手作りパン

♥サフラン・タイム

おはぎ



2月の献立表



	2月 8日 (金)	2月 9日 (土)	2月10日 (日)	2月11日 (月)	2月12日 (火)	2月13日 (水)	2月14日 (木)
朝食	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (豆腐) のり佃煮 <共通料理> ☆チリコンカーン	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) ビーフふりかけ <共通料理> ☆煮奴	<A> 五目雑炊 味噌汁 (ふ) <共通料理> ☆だし巻卵 ジャスミンパセリ おき焼き	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) たらこふりかけ <共通料理> ハムエッグ	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) 梅びしお <共通料理> ☆卵の花	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) のり佃煮 <共通料理> ☆煮物 (がんも)	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) たいみそ <共通料理> ☆あんかけ豆腐 HAPPY VALENTINE'S DAY
昼食	・ご飯 (150g) ・鶏からあげ 小松菜の煮物 茄子と胡瓜の和え物 味噌汁 (里芋) 缶果物 (パイン缶)	・ご飯 (150g) 鶏肉治部煮 炒めなます アスパラ・ツナサラダ 味噌汁 (わかめ) 缶果物 (黄桃缶)	・ご飯 秋刀魚の梅煮 しらたきのピリ辛炒め ・生姜和え (なす) 味噌汁 (ふ) 缶果物 (ミックス)	・ご飯 (150g) ・八宝菜 もやしの中華炒め 白和え 中華スープ (いめじ) ヨーグルト	・ご飯 (150g) ・さばの塩焼き 天ぷら (松花堂弁当) 酢の物 (胡瓜と湯葉) 味噌汁 (ふ) 抹茶ゼリー	・ご飯 (150g) 蒸し鶏ゆずあんかけ 切り干し大根の煮物 ・磯和え (菊菜) 清汁 (えのき) 缶果物 (みかん缶)	・ご飯 (150g) ビーフシチュー ブロッコリーの卵炒め トマトサラダ 缶果物 (白桃缶)
夕食	・ご飯 (150g) 赤魚の味噌漬け焼き 南瓜の煮物 いんげんごま和え 味噌汁 (ふ) 漬物 (刻みたくあん)	・ご飯 (150g) クリーミーコロッケ ・ソテー (チンゲン菜) カリフラワーの和え物 味噌汁 (ふ) 漬物 (しば漬け)	・ご飯 (150g) 家常豆腐 冬瓜のくず煮 ほうれん草の和え物 味噌汁 (わかめ) 漬物 (かっぱ)	・ご飯 (150g) ・白身魚の紅葉焼き 厚揚げの煮物 香味和え (菊菜) 味噌汁 (ふ) 漬物 (紀ノ川)	・ご飯 (150g) スパニッシュオムレツ ・白菜のコンソメ煮 カリフラワーの和え物 味噌汁 (わかめ) 漬物 (高菜漬け)	・ご飯 (150g) 太刀魚の香味焼き 人参のキムチ コルスローサラダ 味噌汁 (ふ) 漬物 (刻みたくあん)	・ご飯 (150g) ・サケのマスタード焼き ・チンゲン菜ソテー ごぼうサラダ 味噌汁 (麩) 漬物 (しば漬け)
3時	蒸しパン抹茶 ※抹茶ゼリー	カカオケーキ ※バニラババロア	牛乳ケーキ ※ピーチムース	あんドーナツ ※ヨーグルトババロア	ベルギーワッフル ※抹茶ババロア	さとうきび饅頭 ☆イチゴババロア	チョコケーキ チョコババロア

♥バジル

ベビーカステラ

♥ラベンダー・オリーブ

チョコフォンデュ

♥ミント・アロエ

ブラウニー