



2月分献立表



	月	火	水	木	金	土
選択食				1日 A: ホキのバター焼き B: 筑前煮	2日 A: カレイのきのこあんかけ B: 牛肉のオイスター炒め	3日 節分
通常献立				ご飯 しらたきとピーマンの炒め物 玉子豆腐 味噌汁	ご飯 卵の花 しろ菜の磯和え お吸い物	節分巻きずし 鰯の生姜煮 春菊の和え物・マービー甘納豆 赤だし・みかん
おやつ				抹茶饅頭	プリン	黒胡麻饅頭
選択食	5日 A: 白身魚の野菜中華あんかけ B: 麻婆豆腐	6日 A: 鮭のちゃんちゃん焼き B: 大根と鶏肉の煮物	7日 A: 赤魚の煮付け B: 鶏肉の照り焼き	8日 長寿ご飯の日	9日 A: 鯖の生姜煮 B: 豚肉の塩だれ炒め	10日 A: 赤魚の粕漬け B: 鶏肉のおろし煮
通常献立	ご飯 海老シュウマイ 胡瓜の中華風和え物 中華スープ	ご飯 ピーマンの炒め物 アスパラとコーンのおかか和え お吸い物	ご飯 さつま芋のオレンジ煮 チンゲン菜のわさび和え お吸い物	ご飯 ホタテフライ手作りタルタルソース 茄子のツナ和え ポタージュスープ・いちご	ご飯 南瓜の煮物 和風サラダ 味噌汁	ご飯 蓮根の海苔きんぴら 白和え お吸い物
おやつ	紫芋饅頭	カステラ	南瓜饅頭	あんずケーキ	マドレーヌ	ココアロール
選択食	12日 A: アジの塩焼き B: 豚肉と白菜のミルフィーユ風	13日 A: ホキのピカタ B: スパゲティナポリタン	14日 A: ほっけの七味焼き B: 豚肉の塩だれ炒め	15日 A: アジの甘辛煮 B: 牛肉のおろしポン酢炒め	16日 A: 鯖の味噌煮 B: 鶏肉の南部焼き	17日 A: 太刀魚の磯部焼き B: 豚肉の吉野煮
通常献立	ご飯 キャベツのミモザサラダ フルーツカクテル 味噌汁	ご飯 (A) ロールパン (B)・大根サラダ しろ菜のピーナッツ和え コンソメスープ	ご飯 大根のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し お吸い物	ご飯 じゃが芋の煮物 小松菜の和え物 味噌汁	ご飯 蓮根の炒め物 オクラのおかか和え お吸い物	ご飯 しらたきの明太子炒め いんげんの胡麻和え 味噌汁
おやつ	レモンケーキ	ミニショコラマフィン	手作りおやつ	田舎饅頭	コーヒーケーキ	チョコカステラ
選択食	19日 天ぷら・あさりご飯定食	20日 A: 赤魚の煮付け B: 焼きチキン南蛮	21日 A: ホキのフライタルタルソース B: ポークカレー	22日 A: 海老団子と白菜の野菜あん B: 青椒肉絲	23日 A: 鯖の味噌マヨ焼き B: 鶏天	24日 A: ホキの照り焼き B: 豚肉のねぎ塩風味炒め
通常献立	あさりの炊き込みご飯 天ぷら盛り合わせ 菜の花の胡麻和え ゆずなます・味噌汁	ご飯 ジャーマンポテト みかん 菜の花とあさりのスープ	ご飯 (A) キャベツのレモン和え ヨーグルト コンソメスープ・漬物 (B)	ご飯 小松菜の炒め物 大根の甘酢和え 中華スープ	ご飯 金時豆 胡瓜の酢の物 味噌汁	ご飯 高野豆腐の玉子とじ しろ菜とえのきの和え物 お吸い物
おやつ	黒糖棒	プチガトーケーキ	芋きんつば	牛乳ケーキ	栗饅頭	鯛焼きクリーム
選択食	26日 A: 太刀魚の煮付け B: 親子丼	27日 A: プリの幽庵焼き B: 中華丼	28日 長寿ご飯の日	29日 A: 赤魚の野菜あんかけ B: 牛焼肉		
通常献立	ご飯 (A) 卵の花 二色浸し お吸い物	ご飯 (A) 肉団子の甘酢あん フルーツ杏仁豆腐 中華スープ	アジの混ぜご飯 ポトフ ほうれん草のナムル 味噌汁	ご飯 南瓜の煮物 白菜の柚子和え お吸い物		
おやつ	フルーツ	厚切りカットバウム	シュークリーム	手作りおやつ		