



# 2月分献立表

	月	火	水	木	金	土
	2日	3日	4日	5日	6日	7日
選択食	A: カレイのきのこあんかけ B: 鶏肉のタルタル焼き	<b>節分</b>	A: 太刀魚の幽庵焼き B: 豚肉の生姜炒め	A: 白身魚の竜田揚げ B: 麻婆豆腐	A: 鱈の菜種焼き B: 牛肉となすの甘辛炒め	A: ホキの野菜あんかけ B: 鶏肉の照り焼き
通常献立	ご飯 卵の花 しろ菜の磯和え 冬瓜のお吸い物	節分巻き寿司 イワシの生姜煮 春菊のお浸し・赤だし みかん	ご飯 里芋の煮ころがし 白菜の辛子和え 味噌汁	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 キャベツとコーンのおかか和え 味噌汁	ご飯 さつま芋のオレンジ煮 チンゲン菜のわさび和え 味噌汁
おやつ	みかん	<b>ふるまいぜんざい</b>	シュークリーム	酒饅頭	プリン	黒胡麻饅頭
	9日	10日	11日	12日	13日	14日
選択食	A: 鯖の焼き浸し B: 豚肉の塩だれ炒め	A: 赤魚の粕漬け B: 鶏肉のおろし煮	A: 鱈の蒲焼き B: 牛肉の炒め煮	A: 鯖の梅煮 B: とんかつ	A: カレイの煮付け B: 豚肉の塩だれ炒め	A: ほっけの七味焼き B: 他人丼
通常献立	ご飯 南瓜の煮物 和風サラダ 味噌汁	ご飯 蓮根の海苔金平 白和え 味噌汁	ご飯 茄子の揚げ浸し カリフラワーの甘酢和え 味噌汁	ご飯 チンゲン菜の炒め物 冬瓜の冷やし鉢 味噌汁	ご飯 厚揚げの甘辛炒め ブロッコリーの胡麻ドレ和え お吸い物	ご飯(A) 大根のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し お吸い物・漬物(B)
おやつ	紫芋饅頭	やわらかおかき(のり塩)	南瓜饅頭	あんずケーキ	ミニいちごマフィン	ハートケーキ
	16日	17日	18日	19日	20日	21日
選択食	A: 鯖の味噌煮 B: 牛焼肉	A: 鮭の更紗あんかけ B: 豚肉の吉野煮	<b>長寿ご飯の日</b>	<b>鍋焼き味噌煮込みうどん定食</b>	A: 鯖のねぎ味噌焼き B: 親子丼	A: 白身魚のピカタ B: ポークカレー
通常献立	ご飯 蓮根の炒め物 胡瓜の酢の物 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	大根とじゃこのご飯 揚げブリのあんかけ なます お吸い物・みかん	あさりの炊き込みご飯(半量) 鍋焼き味噌煮込みうどん 海老天 ひじきとほうれん草のおかか和え・みかん	ご飯(A) 茄子の煮物 長芋の梅肉和え お吸い物・漬物(B)	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(A)・漬物(B)
おやつ	レモンケーキ	ミニショコラマフィン	いちごロール	田舎饅頭	カルシウムせんべい(砂糖醤油)	チョコカステラ
	23日	24日	25日	26日	27日	28日
選択食	A: きらき蒸し B: 肉うどん	A: ホキの照り焼き B: 豚大根	A: 赤魚の煮付け B: 牛肉の柳川風	A: 太刀魚の煮付け B: 鶏肉のタルタル焼き	A: ほっけのオイル焼き B: 八宝菜	<b>長寿ご飯の日</b>
通常献立	ご飯(A) 厚揚げの甘辛炒め 胡瓜のツナ和え お吸い物・ゼリー(B)	ご飯 高野豆腐の玉子とじ しろ菜とえのきの和え物 味噌汁	ご飯 いんげんのじゃこ炒め 茄子のお浸し 味噌汁	ご飯 卵の花 二色浸し 冬瓜のお吸い物	ご飯 肉団子の甘酢あん 大根のサラダ 中華スープ	鯛めし 天ぶらの盛り合わせ 菜の花の胡麻和え 味噌汁
おやつ	ぼんせん(えび)	プチガトーケーキ	蒸しきんつば	牛乳ケーキ	豆乳饅頭	鯛焼きクリーム
選択食						
通常献立						
おやつ						