



2月分献立表



	月	火	水	木	金	土
選択食			1日 A: サーモンフライ B: 豚肉のカレー炒め	2日 A: 赤魚の照り焼き B: 豚肉の塩だれ炒め	3日 節分	4日 A: ホキの南部焼き B: 牛肉の炒め煮
通常献立			ご飯 ブロッコリーとハムのソテー コンソメスープ ピーチフルーチェ	ご飯 南瓜の煮物 和風サラダ 味噌汁	節分巻き寿司 鯛の生姜煮 春菊の和え物 赤だし・みかん	ご飯 茄子の揚げ浸し カリフラワーの甘酢和え 味噌汁
おやつ			シュークリーム	うさぎ饅頭	プリン	黒胡麻饅頭
選択食	6日 A: 鱈の野菜あんかけ B: スパゲティーミートソース	7日 A: ほっけの七味焼き B: 親子丼	8日 長寿ご飯の日	9日 A: 白身魚のフライ B: 豚テキ風	10日 A: 赤魚の塩麹焼き B: 豚肉の吉野煮	11日 A: カレイの香味ソース B: 麻婆豆腐
通常献立	菜飯(A)ロールパン(B) ソーセージ炒め フレンチサラダ 中華スープ(A)プリン(B)	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)	大根とじゃこのご飯 ホキの柚子香煮 かんぴょうの煮付け・白菜の和え物 味噌汁	ご飯 白菜のベーコン煮 しそドレ和え 南瓜のポタージュ	ご飯 キャベツの明太子マヨ炒め いんげんの胡麻和え 味噌汁	ご飯 ビーフンのソテー ブロッコリーのピーナッツ和え 中華スープ
おやつ	紫芋饅頭	チョコムース	南瓜饅頭	あんずケーキ	シェルケーキ	ココアロール
選択食	13日 A: 鱈のねぎ味噌焼き B: 鶏肉の生姜焼き	14日 A: メルルーサのピカタ B: ミンチカレー	15日 A: 海老団子と白菜の野菜あん B: 焼き餃子	16日 A: 鮭のバター焼き B: 鶏天	17日 A: ホキの照り焼き B: 焼きそば	18日 長寿ご飯の日
通常献立	ご飯 茄子の煮物 長芋の梅肉和え お吸い物	ご飯 海老の炒め物 キャベツのレモン和え 豆乳みそスープ(A)・ヨーグルト(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(B半量) 高野豆腐の玉子とじ しろ菜とえのきの和え物 お吸い物	ご飯 鯖の黒胡麻味噌煮 煮奴・小松菜の和え物 お吸い物
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	コーヒーケーキ	チョコカステラ
選択食	20日 天ぷら・あさりご飯定食	21日 A: 鱈の焼き浸し B: 揚げ出し豆腐	22日 A: 赤魚の山椒煮 B: 牛焼肉	23日 A: 白身魚の更紗あんかけ B: 鶏肉のやわらか煮	24日 A: ほっけのレモン焼き B: 鶏肉の治部煮	25日 A: 白身魚のフライトマトソース B: 豚肉のカレー炒め
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・柚子なます 味噌汁	ご飯 蒸し茄子 和風サラダ 味噌汁	ご飯 南瓜の煮物 白菜のおかか和え お吸い物	ご飯 蓮根の海苔きんぴら アスパラのマヨ和え お吸い物	ご飯 いんげんの胡麻炒め 茄子の生姜和え 味噌汁	ご飯 キャベツのコンソメ煮 大根のサラダ ポタージュスープ
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	27日 A: ホキの照り焼き B: そぼろ肉じゃが	28日 長寿ご飯の日				
通常献立	ご飯 がんもの炊き合わせ オクラと鶏肉のおかか和え 味噌汁	ご飯 鶏肉の胡麻揚げ 茄子の土佐煮・大根の梅肉和え 味噌汁				
おやつ	みかん	厚切りカットバウム				