

今週のメニュー

令和4年 2月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
2/7	月	<ul style="list-style-type: none"> ・ 炒り豆腐 ・ ほうれん草のお浸し ・ 佃煮 ・ 味噌汁 ・ ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ さばの味噌煮 ・ 豆苗とちくわのごま油炒め ・ 白菜の浅漬け ・ ☆のっぺい汁 ・ ごはん 	
2/8	火	<ul style="list-style-type: none"> ・ ツナとキャベツのホットサンド ・ コーンサラダ ・ トマトスープ ・ ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ポークカツレツ ・ れんこんチーズ焼き ・ チョップドサラダ ・ コンソメスープ ・ ごはん 	
2/9	水	<ul style="list-style-type: none"> ・ 千草焼(ちぐさやき) ・ 里芋の煮っころがし ・ 水菜のサラダ ・ 味噌汁 ・ ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ タラのもみじ焼き ・ かぶの生姜炒め ・ 春菊とささみの和え物 ・ 味噌汁 ・ ごはん 	
2/10	木	<ul style="list-style-type: none"> ・ なめこおろしそば ・ 鶏天 ・ もやしときゅうりの酢の物 ・ きつねごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 鶏とピーマンの炒め物 ・ ザーサイ豆腐 ・ ごぼう中華和え ・ 中華スープ ・ ごはん 	
2/11	金	<ul style="list-style-type: none"> ・ 豚の塩こうじ焼き ・ 南瓜の煮物 ・ 漬物 ・ 味噌汁 ・ ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 和風ロールキャベツ ・ コロッケ ・ ブロッコリーサラダ ・ 味噌汁 ・ ごはん 	

今週のメニュー

令和4年 2月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
2/14	月	<ul style="list-style-type: none"> ・ 鮭と玉子の二色丼 ・ 車麩の煮物 ・ 漬物 ・ 味噌汁 ・ ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 鶏ときのこのマカロニグラタン ・ コールスローサラダ ・ コンソメスープ ・ ミニカレーピラフ ・ チョコケーキ 	
2/15	火	<ul style="list-style-type: none"> ・ 納豆 ・ はんぺんのねぎマヨ焼き ・ チンゲン菜のわさび和え ・ 味噌汁 ・ ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ カジキのガーリック炒め ・ ブロッコリーのカニかまあんかけ ・ ☆きゅうりと天かすの中華和え ・ 玉子スープ ・ ごはん 	
2/16	水	<ul style="list-style-type: none"> ・ 焼きそばパン ・ メンチカツ ・ かぶのポトフ ・ フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 牛すき煮 ・ れんこんもち ・ わかめと長芋のポン酢和え ・ 味噌汁 ・ ごはん 	
2/17	木	<ul style="list-style-type: none"> ・ 豚ときくらげの玉子炒め ・ さつま芋のレモン煮 ・ もやしの辛味和え ・ 味噌汁 ・ ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ チキン南蛮丼 ・ 小松菜と油揚げの煮浸し ・ たたきごぼう ・ 味噌汁 ・ ごはん 	
2/18	金	<ul style="list-style-type: none"> ・ 肉団子とパプリカのケチャップ煮 ・ 南瓜バターソテー ・ 白菜とおかかの和風サラダ ・ 味噌汁 ・ ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ブリのゆずこしょう焼き ・ ふろふき大根 味噌だれ ・ ほうれん草の白和え ・ すまし汁 ・ ごはん 	

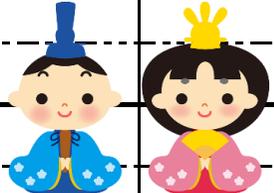
今週のメニュー

令和4年 2月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
2/21	月	<ul style="list-style-type: none"> ・ ハムエッグ ・ もやしと豆苗の炒め物 ・ れんこんサラダ ・ 味噌汁 ・ ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ さわらの幽庵焼き ・ 大根とイカの煮物 ・ ほうれん草の磯辺和え ・ 味噌汁 ・ ごはん 	
2/22	火	<ul style="list-style-type: none"> ・ かやくうどん ・ ちくわ天 ・ ブロッコリーのごま和え ・ 納豆巻き 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 五目チャーハン ・ バンバンジー ・ もやしのナムル ・ 中華スープ 	
2/23	水	<ul style="list-style-type: none"> ・ いわしの塩焼き ・ 南瓜のそぼろ煮 ・ ひじきサラダ ・ 味噌汁 ・ ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ビーフシチュー ・ エビカツ ・ フルーツサラダ ・ バターライス 	
2/24	木	<ul style="list-style-type: none"> ☆豆腐団子汁 ・ 小松菜のしらす和え ・ 漬物 ・ おにぎり 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 赤魚の唐揚げ ・ 白菜と豚肉の煮物 ・ さつまいもときゅうりの和え物 ・ 味噌汁 ・ ごはん 	
2/25	金	<ul style="list-style-type: none"> ・ フレンチトースト ・ シーフードサラダ ・ 根菜スープ ・ ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 豚キムチ ・ ニラチヂミ ・ 春雨中華和え ・ わかめスープ ・ ごはん 	

今週のメニュー

令和4年 2月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
2/28	月	<ul style="list-style-type: none"> ・ほっけの干物 ・里芋と人参の煮物 ・もやしとちくわの和え物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・大根カレー ※いもフライ ・海藻サラダ ・フルーツ 	※栃木県佐野市の名物
3/1	火	<ul style="list-style-type: none"> ・汁ビーフン ・焼さつまあげ(マヨ七味添え) ・きゅうりの塩昆布和え ・ふりかけごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・アジの梅肉パン粉焼き ・白菜とえびのうま煮 ・キャベツの生姜和え ・味噌汁 ・ごはん 	
3/2	水	<ul style="list-style-type: none"> ・高野豆腐の玉子とじ ・南瓜サラダ ・焼きのり ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・チキンソテー 豆乳クリームソース ・きのこのベーコン巻き ・レタスサラダ ・コンソメスープ ・ごはん 	
3/3	木	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏とれんこんの甘辛炒め ・ほうれん草とえのきのレモンしょうゆ和え ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・うなぎちらし ・揚げ出し豆腐 ・菜の花の辛子酢味噌和え ・すまし汁 	
3/4	金	<ul style="list-style-type: none"> ・ミートオムレツ ・トマトサラダ ・オニオンスープ ・きなこトースト 	<ul style="list-style-type: none"> ・酢豚 ・春雨サラダ ・ザーサイ ・中華スープ ・ごはん 	