

今週のメニュー

令和5年 2月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
2/6	月	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏とさつまいもの甘辛煮 ・ちくわの磯辺焼き ・きゅうりの梅肉和え ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ミルフィーユカツ ・白菜のミルク煮 ・大根サラダ ・コンソメスープ ・ごはん 	
2/7	火	<ul style="list-style-type: none"> ・きしめん(温泉玉子付き) ・かぶの甘酢和え ・そばろごはん ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・白身魚ときのこのホイル焼き ・しらたきのおかか炒め ・ほうれん草のピーナッツ和え ・味噌汁 ・ごはん 	
2/8	水	<ul style="list-style-type: none"> ・とろろ納豆 ・里芋のそばろ煮 ・いんげんのごまマヨ和え ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏とナッツの中華炒め ・春巻 ・豆もやしの辛味和え ・中華スープ ・ごはん 	
2/9	木	<ul style="list-style-type: none"> ・ツナとごぼうのトースト ・蒸し鶏サラダ ・ミネストローネ ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚の生姜焼き ・切干大根の煮物 ・ポテトサラダ ・味噌汁 ・ごはん 	
2/10	金	<ul style="list-style-type: none"> ・チーズ入りスクランブルエッグ ・ミートコロッケ ・レタスサラダ ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・サバのコチュジャン煮 ・ビーフン炒め ・ニラのお浸し ・味噌汁 ・ごはん 	

今週のメニュー

令和5年 2月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
2/13	月	<ul style="list-style-type: none"> ・ベーコンエッグ ・もやしのカレー炒め ・グリーンサラダ ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・アジの山椒焼き ・ふろふき大根 ・小松菜のおかか和え ・味噌汁 ・ごはん 	
2/14	火	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏じゃが ・厚揚げのねぎ焼き ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ロールキャベツ ・ブロッコリーサラダ ・コーンスープ ・チキンライス ・ミニチョコケーキ 	
2/15	水	<ul style="list-style-type: none"> ・玉子サンド ・南瓜のマヨネーズ焼き ・トマトサラダ ・コンソメスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ホッケフライ ・高野豆腐の煮物 ・チンゲン菜とえのきの和え物 ・味噌汁 ・ごはん 	
2/16	木	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜の豚肉巻き ・豆苗とハムのサラダ ・焼のり ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・五目あんかけラーメン ・中華クラゲの和え物 ・ミニチャーシュー丼 ・杏仁豆腐 	
2/17	金	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭の塩焼き ・れんこんの煮物 ・菜の花の酢味噌和え ・すまし汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛すき煮 ・さつまいもの天ぷら ・かぶの塩昆布和え ・味噌汁 ・ごはん 	

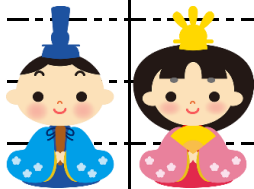
今週のメニュー

令和5年 2月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
2/20	月	<ul style="list-style-type: none"> ・コロッケパン ・ツナサラダ ・クリームスープ ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・チキン南蛮 ・かぶとつみれの煮物 ・白菜のゆかり和え ・味噌汁 ・ごはん 	
2/21	火	<ul style="list-style-type: none"> ・キャベツの玉子ソテー ・ポイルウインナー ・ごぼうサラダ ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・タラのムニエル バター醤油ソース ・里芋の田楽 ・春菊のサラダ ・味噌汁 ・ごはん 	
2/22	水	<ul style="list-style-type: none"> ・いわしの梅煮 ・小松菜の煮浸し ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ポークピカタ ☆花野菜のゆずこしょうフリッター ・パスタサラダ ・コンソメスープ ・ごはん 	
2/23	木	<ul style="list-style-type: none"> ・きつねそば ・五目玉子焼き ・きゅうりとささみの和え物 ・混ぜごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ブリ大根 ・焼きれんこん ・ほうれん草の白和え ・味噌汁 ・ごはん 	
2/24	金	<ul style="list-style-type: none"> ・キチンソテー ・人参と車麩の煮物 ・佃煮 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ルーロー飯 ・ザーサイの黒こしょう炒め ・春雨中華和え ・わかめスープ ・ごはん 	

今週のメニュー

令和5年 2～3月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
2/27	月	・焼きししゃも	・チキンカレー	
		☆明太子のとろろ焼き	・ハムカツ	
		・きゅうりとわかめの酢の物	・コンビサラダ	
		・味噌汁	・コンソメスープ	
		・ごはん		
2/28	火	・肉団子と春雨のスープ	・鮭のみそマヨ焼き	
		・ほうれん草とコーンのソテー	・ひじき煮	
		・海藻サラダ	・ブロッコリーのレモンしょうゆ和え	
		・ロールパン	・味噌汁	
			・ごはん	
3/1	水	・親子煮	・牛肉のスタミナ炒め	
		・もやしとピーマンのごま和え	・揚げギョーザ	
		・漬物	・キムチ	
		・味噌汁	・中華スープ	
		・ごはん	・ごはん	
3/2	木	・豚と白菜のポン酢炒め	・豆腐ハンバーグ	
		・南瓜サラダ	・鶏と根菜の煮物	
		・佃煮	・コールスローサラダ	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
3/3	金	・梅わかめうどん	・穴子入りちらし寿司	
		・エビ入りかき揚げ	・揚げ出し豆腐	
		・水菜サラダ	・菜の花のお浸し	
		・おにぎり	・すまし汁	
			・フルーツポンチ	