

# 今週のメニュー

令和7年 2月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
2/3	月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・サバのみりん焼き</li> <li>・南瓜とさつまあげの煮物</li> <li>・漬物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏の黒こしょう炒め</li> <li>・しいたけフライ</li> <li>・ほうれん草の白和え</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	
2/4	火	<ul style="list-style-type: none"> <li>・油揚げの玉子とじ</li> <li>・豆苗とカニカマの和え物</li> <li>・佃煮</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・白身魚のムニエル きのこソース</li> <li>・キャベツとベーコンのソテー</li> <li>・蒸し鶏サラダ</li> <li>・コンソメスープ</li> <li>・ごはん</li> </ul>	
2/5	水	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚ともやしの炒め物</li> <li>・煮豆</li> <li>・かぶのサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・味噌煮込みうどん</li> <li>・めかぶと長芋のポン酢和え</li> <li>・おにぎり</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	
2/6	木	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ポトフ</li> <li>・マカロニサラダ</li> <li>・食パン</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉のスタミナ炒め</li> <li>・里芋の煮物</li> <li>・しらたきとニラの中華和え</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	
2/7	金	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏の煮物</li> <li>・れんこんのきんぴら</li> <li>・ひじきの和え物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・エビフライカレー</li> <li>・ピクルス</li> <li>・海藻サラダ</li> <li>☆スイートポテト風茶巾</li> </ul>	



# 今週のメニュー

令和7年 2月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
2/10	月	・ ハムエッグ	・ 鮭とじゃがいものグラタン	
		・ ごぼうとこんにゃくの煮物	・ 春菊のガーリックソテー	
		・ 人参サラダ	・ レタスサラダ	
		・ 味噌汁	・ 玉子スープ	
		・ ごはん	・ ごはん	
2/11	火	※ミニハンバーガー	・ チキンカツ	※ロールパン使用
		・ パプリカのソテー	・ 切干大根の炒め煮	
		・ キャベツサラダ	・ 白菜のなめたけ和え	
		・ コンソメスープ	・ 味噌汁	
		・ フルーツ	・ ごはん	
2/12	水	・ 二色丼	・ 赤魚の粕漬け焼き	
		・ 野菜の煮物	・ もつ煮	
		・ 漬物	・ 小松菜のごま和え	
		・ 味噌汁	・ すまし汁	
			・ ごはん	
2/13	木	・ かきたまそば	・ 豚キムチ鍋	
		・ 桜えびのかきあげ	・ チヂミ	
		・ かぶの梅肉和え	・ ねぎザーサイ	
		・ わかめごはん	・ ㄨごはん	
2/14	金	・ アジの開き	・ オムライス	
		・ ブロッコリーのそぼろあん	・ 根菜サラダ	
		・ 水菜の塩昆布和え	・ コーンスープ	
		・ 味噌汁	・ チョコプリン	
		・ ごはん		

# 今週のメニュー

令和7年 2月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
2/17	月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・肉うどん</li> <li>・きゅうりと竹輪の和え物</li> <li>・おにぎり</li> <li>・フルーツ</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・厚揚げと白菜の炒め物</li> <li>・こんにゃくのおかか煮</li> <li>・わかめのしらす和え</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	
2/18	火	<ul style="list-style-type: none"> <li>・納豆</li> <li>・肉団子と大根の煮物</li> <li>・ほうれん草のわさび和え</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・サバのトマト煮</li> <li>・オニオンリングフライ</li> <li>・ポテトサラダ</li> <li>・コンソメスープ</li> <li>・ごはん</li> </ul>	
2/19	水	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ツナサンド</li> <li>・ソーセージソテー</li> <li>・ブロッコリーサラダ</li> <li>・オニオンスープ</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏の塩唐揚げ</li> <li>・ごぼうと人参の煮物</li> <li>・白菜のお浸し</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	
2/20	木	<ul style="list-style-type: none"> <li>・トマトオムレツ</li> <li>・ひき肉とキャベツの炒め物</li> <li>・焼のり</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・さわらの山椒味噌焼き</li> <li>・かぶの煮物</li> <li>・いんげんの和え物</li> <li>・沢煮椀</li> <li>・ごはん</li> </ul>	
2/21	金	<ul style="list-style-type: none"> <li>・春雨の炒め物</li> <li>・小松菜の磯和え</li> <li>・漬物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚の角煮</li> <li>・里芋の田楽</li> <li>・もやしのラー油和え</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	

# 今週のメニュー

令和7年 2月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
2/24	月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚ときのこの炒め煮</li> <li>・ちくわの磯辺揚げ</li> <li>・豆苗の和え物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・エビとイカの中華炒め</li> <li>・シューマイ</li> <li>・春菊のナムル</li> <li>・中華スープ</li> <li>・ごはん</li> </ul>	
2/25	火	<ul style="list-style-type: none"> <li>・たらこマヨトースト</li> <li>・パスタ入りクリームスープ</li> <li>・トマトサラダ</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カツ丼</li> <li>・ツナとじゃが芋の煮物</li> <li>・白菜の浅漬け</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	
2/26	水	<ul style="list-style-type: none"> <li>・焼きそば</li> <li>・大根サラダ</li> <li>・わかめスープ</li> <li>・まぜごはん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☆タラの梅ちり蒸し</li> <li>・ぜんまいの煮物</li> <li>・冷奴</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	
2/27	木	<ul style="list-style-type: none"> <li>・いわしの生姜煮</li> <li>・南瓜のバター焼き</li> <li>・ごぼうのごまマヨ和え</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏のチーズ焼き</li> <li>・いんげんとコーンのソテー</li> <li>・さつまいもサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	
2/28	金	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小松菜の玉子ソテー</li> <li>・鶏とかぶの煮物</li> <li>・漬物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ポークカレー</li> <li>☆ハッシュドれんこん</li> <li>・グリーンサラダ</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	