



献立表



[朝]	令和02年02月01日(土)	雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト
[昼]	御飯 豚肉と野菜のみそ炒め 麻婆豆腐 胡瓜の酢の物 漬物 お吸い物	
[夕]	菜飯 魚の長芋蒸し 高野卵のあんかけ風 しめじと青菜の和え物 フルーツ 味噌汁	

	令和02年02月02日(日)	令和02年02月03日(月)	令和02年02月04日(火)	令和02年02月05日(水)	令和02年02月06日(木)	令和02年02月07日(金)	令和02年02月08日(土)
[朝]	御飯 味噌汁 含め煮 ごま和え 味付けのり 牛乳	御飯 味噌汁 炒り豆腐 和え物 ふりかけ 牛乳	パン クリームポターージュ オムレツ 豆サラダ ジャム 牛乳	雑炊 温泉卵 お浸し 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 ひじきの煮物 おかか和え ふりかけ 牛乳	パン パンキンスープ フィッシュソーゼと野菜のソテー ポテトサラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト
[昼]	カレーライス 漬物 エビフライ 盛合わせサラダ オレンジゼリー	<松花堂弁当> 巻き寿司 魚の幽庵焼き 天ぷら 天つゆ 筑前煮 しらたきの真砂和え ポテトサラダ 節分豆・デザート 茶碗蒸し お吸い物	きつねきしめん だし おにぎり 炊き合わせ 南瓜サラダ フルーツ	サンドイッチ カニクリームフライ ポテトサラダ コーンスポターージュ ゼリー	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合せ いか大根 白和え フルーツ 味噌汁	山かけそば そばだし おにぎり 魚の梅しそフライ 生姜醤油和え フルーツポンチ	御飯 八宝菜 春巻き風 胡瓜の酢の物 青りんごゼリー ワンタンスープ
[夕]	御飯 塩焼き 付け合わせ 大根の煮物 ナムル 漬物 お吸い物	御飯 くわ焼き(鶏肉) 付け合せ かぶの海老あんかけ オクラのジャコ和え 煮豆 味噌汁	御飯 肉団子の甘酢がらめ 華風卵とじ ツナ和え 漬物 味噌汁	御飯 魚のレモン蒸し 和え物 筑前煮 青菜と沢庵の和え物 煮豆 お吸い物	十五穀米御飯 魚のマスタード焼き 付け合わせ レンコンのきんぴら 風味和え 漬物 かきたま汁	御飯 牛肉の柳川風 南瓜の含め煮 梅肉和え 味噌汁	炊き込み御飯 魚の照り焼き 付け合わせ しめじと糸こんにの卵とじ ビーナッツ和え 漬物 味噌汁
[朝]	令和02年02月09日(日)	令和02年02月10日(月)	令和02年02月11日(火)	令和02年02月12日(水)	令和02年02月13日(木)	令和02年02月14日(金)	令和02年02月15日(土)
[朝]	御飯 味噌汁 炒り豆腐 和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 里芋の煮物 和え物 ふりかけ 牛乳	パン コーンポターージュ ベーコンと野菜のソテー マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 はんぺんの卵とじ 和え物 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 うの花 ごま和え あみえび 牛乳	パン コンソメスープ スクランブルエッグ ポテトサラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト
[昼]	御飯 魚のマネース焼き 付け合せ 肉じゃが風 和え物 煮豆 お吸い物	焼きそば おにぎり 大根と貝柱のサラダ わかめスープ フルーツみつ豆	御飯 塩焼き 付け合せ 筑前煮 酢味噌和え 漬物 お吸い物	おかめうどん つゆ(うどん) おにぎり 鶏肉の唐揚げ 胡瓜の酢の物 フルーツ	御飯 魚のフライ(タルタルソース) 付け合わせ 炒り豆腐 なます ゼリー 味噌汁	御飯 エビピラフ ミートコロケ スパゲティサラダ コーンスポターージュ チョコバナナア	きのご御飯 魚の煮付け 付け合わせ 卵とじ 白和え 煮豆 お吸い物
[夕]	御飯 ハンバーグ 付け合せ レンコンと角揚げの煮物 春雨の酢の物 フルーツ 味噌汁	御飯 魚のもろみ焼き 付け合せ 切干大根の炒め煮 ひじきの白和え 漬物 お吸い物	御飯 鶏肉のピカタ 付け合せ 高野の含め煮 豆サラダ フルーツ 味噌汁	御飯 魚の立田焼き 付け合せ がんものおろし煮 お浸し 煮豆 味噌汁	わかめ御飯 豚肉の生姜焼き 付け合せ じゃが芋と鶏肉の炒め物 ボンズ和え 漬物 お吸い物	御飯 魚の西京漬け焼き 付け合わせ 里芋とひじき煮物 錦糸かけ 煮豆 お吸い物	御飯 コロケ 付け合わせ がんもの煮物 もずくの生姜酢 漬物 味噌汁
[朝]	令和02年02月16日(日)	令和02年02月17日(月)	令和02年02月18日(火)	令和02年02月19日(水)	令和02年02月20日(木)	令和02年02月21日(金)	令和02年02月22日(土)
[朝]	御飯 味噌汁 ひじきの煮物 和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 切干大根煮 おかか和え ふりかけ 牛乳	パン コーンポターージュ オムレツ 南瓜サラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 ひじきの煮物 和え物 味付けのり 牛乳	パン パンキンスープ ハムと野菜のソテー マカロニサラダ マーガリン 牛乳	雑炊 魚の塩焼き 和え物 漬物 ヤクルト
[昼]	御飯 牛肉の南部焼き 付け合せ ビーフソテー しらす和え 漬物 味噌汁	カレーライス 漬物 マカロニサラダ ワンタンスープ ぶどうゼリー	御飯 魚のピカタ 付け合せ ひじきの煮物 ポテトサラダ フルーツ 味噌汁	味噌ラーメン おにぎり 春巻き ナムル 杏仁豆腐	御飯 魚の竜田揚げ 付け合せ 里芋の煮物 桜海老との白菜和え物 漬物 味噌汁	御飯 親子丼 湯豆腐 和え物 漬物 味噌汁	ハヤシライス マカロニサラダ 温泉卵 フルーツ わかめスープ
[夕]	御飯 魚の南蛮漬 南瓜のかにあんかけ 梅肉和え フルーツ お吸い物	御飯 塩焼き 付け合わせ 肉じゃが風 もやしの生姜醤油和え 漬物 味噌汁	御飯 鶏肉のマスタード焼き 付け合せ 含め煮 酢味噌和え 漬物 お吸い物	御飯 魚の梅煮 付け合わせ ふるふき大根 胡瓜の酢の物 煮豆 お吸い物	菜飯 おでん レンコンのきんぴら おかか和え フルーツ お吸い物	御飯 魚の幽庵焼き 付け合わせ がんもの煮物 ひじきの白和え 煮豆 お吸い物	<夕食バイキング>
[朝]	令和02年02月23日(日)	令和02年02月24日(月)	令和02年02月25日(火)	令和02年02月26日(水)	令和02年02月27日(木)	令和02年02月28日(金)	令和02年02月29日(土)
[朝]	御飯 味噌汁 炒り豆腐 お浸し ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 高野卵のあんかけ風 和え物 ふりかけ 牛乳	パン コーンポターージュ オムレツ 豆サラダ ジャム 牛乳	雑炊 卵とじ 和え物 あみえび ヤクルト	御飯 味噌汁 うの花 かに風味和え ふりかけ 牛乳	パン コンソメスープ スクランブルエッグ マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト
[昼]	御飯 魚のムニエル 付け合せ ビーフソテー ボンズ和え 漬物 お吸い物	肉うどん つゆ(うどん) おにぎり ハンペンフライ 酢の物 フルーツ	焼きめし 鶏肉の唐揚げ ポテトサラダ ワンタンスープ 青りんごゼリー	十五穀米御飯 魚のおろし煮 付け合わせ 炒り豆腐 おかか和え 煮豆 お吸い物	山かけきしめん つゆ(うどん) おにぎり コロケ 錦糸かけ フルーツ	御飯 魚のマスタード焼き 付け合せ 含め煮 ポテトサラダ 煮豆 味噌汁	御飯 八宝菜 餃子 ビーナッツ和え フルーツ お吸い物
[夕]	御飯 豚肉の柳川風 じゃこじゃが 和え物 煮豆 味噌汁	御飯 魚のみそ煮 付け合わせ 里芋の鳴門煮 菜種和え 漬物 お吸い物	御飯 ぶり大根 きんぴら 梅肉和え 漬物 お吸い物	御飯 牛肉と野菜の中華炒め 南瓜の含め煮 糸こんにやくの真砂和え フルーツ 味噌汁	御飯 おでん じゃこじゃが 胡瓜の酢の物 お吸い物 漬物	御飯 鶏肉の南蛮漬 がんものおろし煮 酢味噌和え 漬物 お吸い物	わかめ御飯 魚のレモン蒸し 里芋のそぼろ煮 なます 漬物 味噌汁