

2月の献立表

日	月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	チーズオムレツ 白菜サラダ 長芋のわさび和え ご飯 味噌汁 (りんごヨーグルト)	ポテトハンバーグ 五目豆 梅肉和え ご飯 味噌汁 (茶巾しぼり)	豆ごはん 牛肉のしぐれ煮 蒸し野菜サラダ コーンスープ (きなこ小倉団子)	おでん 白和え マイタケのきんぴら ご飯 味噌汁 (豆蒸しパン)	魚の梅煮 厚揚げの旨煮 からし和え ご飯 味噌汁 (甘辛じゃが芋)	豆腐の落し揚げ 肉入りきんぴら 酢味噌和え ご飯 澄まし汁 (蒸しパン)
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
鶏の酢煮 おひたし 煮豆 茜ごはん ベーコン入り味噌汁 (重ね煮)	五目寿司 根菜の旨煮 わかめ和え すまし汁 (胡麻どら焼き)	鶏肉のピリ辛煮 マカロニサラダ 切干大根の煮物 ご飯 すまし汁 (ジャムヨーグルト)	魚のフライ おから煮 磯和え ご飯 味噌汁 (チョコどら焼き)	牛肉の柳川風 胡麻酢和え じゃが芋の甘辛煮 ご飯 味噌汁 (チョコ蒸しパン)	餃子 大根の酢醤油漬け 昆布豆 ご飯 玉子スープ (チョコホットケーキ)	じゃこ入りオムレツ かぶのそぼろ煮 味噌和え ご飯 キャベツスープ (チョコパン)
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
豚肉のバター醤油焼き ツナひじきサラダ さつま芋のレモン煮 ご飯 胡麻汁 (チョコ蒸しパン)	魚の胡麻味噌焼き ポテトサラダ 煮浸し ご飯 澄まし汁 (チョコフレンチ)	ビーフシチュー キャベツサラダ もやし炒め ご飯 (チョコバナナ)	鶏肉と豆の胡麻味噌煮 玉ねぎサラダ 青菜炒め ご飯 味噌汁 (きなこ白玉)	魚のカレー焼き なめ茸和え ひじき煮 ご飯 スープ (ツナサンド)	豚肉の生姜焼き サラダ 切干大根の煮物 ご飯 味噌汁 (抹茶どらやき)	五目焼きそば めた しらす和え ご飯 野菜スープ (ミルク葛餅)
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
豆腐そぼろ丼 厚焼き玉子 なます 豚汁 (白玉の胡麻あん)	鶏肉のマーマレード煮 三味和え 浅漬け ご飯 味噌汁 (バナナクリーム)	鮭とさつま芋のかき揚げ 南瓜サラダ きのこ炒め ご飯 味噌汁 (りんごの甘煮)	クリームシチュー 大根サラダ がんもの含め煮 ご飯 (フルーツヨーグルト)	豚肉と白菜の旨煮 胡麻和え 炒り豆腐 ご飯 味噌汁 (ミルクくずもち)	つくねと大根の煮物 ピーナッツ和え 煮豆 ご飯 味噌汁 (抹茶くずもち)	親子煮 春雨の酢の物 南瓜のチーズ焼き ご飯 わかめスープ (おしるこ)
28日	29日	節分を迎え春もすぐそこまできているように思います。今年は厳しい寒さが続きましたが、関東は雪が降ることなく終わりそうです。今月は節分にちなんで豆料理とバレンタインデーのチョコレートのおやつをとり入れてあります。又、冬野菜がおいしくなってきました。柔らかい大根、とろけそうな白菜、ほうれん草もしっかりとした大株になっていますので、それらを使っているいろいろな料理でお楽しみいただけたらと思っております。				
魚の味噌マヨ焼き 中華なます ひじきと白滝の炒り煮 ご飯 スープ (ジャム蒸しパン)	豚肉のピカタ サラダ ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 (ミルクゼリー)					