杉の郷　2月献立表

					2月1日(木)	2月2日(金)	2月3日(土)
朝					厚ぎりフレンチ 牛乳	ヴォルベパン 野菜ジュース	バターロールパン コーヒー牛乳
昼					ご飯 そら　おかず （麻婆豆腐） ビーフンスープ	皿うどん 大根のさっぱりサラダ 杏仁豆腐	韓国風ちらしずし ﾎﾟﾃｻﾗ 中華コーンスープ 節分玉子ボーロ
夕					ご飯 ポークビーンズ ゴマネーズ和え 青梗菜の炒め物	ご飯 ヘルシー豆腐ギョーザ れんこんとｾﾛﾘのﾏｽﾀｰﾄﾞｻﾗﾀﾞ ゴマみそスープ	ご飯 お弁当 具だくさん味噌汁
	2月4日(日)	2月5日(月)	2月6日(火)	2月7日(水)	2月8日(木)	2月9日(金)	2月10日(土)
朝	バターロールパン 野菜ジュース	クロワッサン 牛乳	コモパン 野菜ジュース	ヴォルベパン のむﾖｰｸﾞﾙﾄ	厚ぎりフレンチ 牛乳	ヴォルベパン 野菜ジュース	バターロールパン コーヒー牛乳
昼	ご飯 かじきのお好み焼き風 大根と納豆サラダ 中華野菜スープ	ご飯 鮭の梅マヨネーズ焼き 焼肉サラダ マカロニスープ	ご飯 そら　おかず （ハムカツしそ味） みそワンタンスープ	ご飯 豆腐のミートグラタン 水菜サラダ 大根ポトフ	ご飯 そら　おかず （鶏なんばん） 赤だし	ナン あいがけカレー グリーンサラダ フルーツヨーグルト2	ご飯 お弁当 （マヨたまフライ） 鶏団子と春雨のスープ
夕	ご飯 ツナ玉の甘酢ｹﾁｬｯﾌﾟｿｰｽ ひじきサラダ2 里芋のそぼろ煮	ご飯 鶏肉の塩焼き キャベツの胡麻和え 麻婆しいたけ	二色丼 やわらかごぼうサラダ 清汁（豆腐、ほうれん草）	ご飯 さわらゴマ焼き 白菜の辛子醤油和え かぼちゃの煮物	ご飯 あじの煮付け 切り干し大根のごまマヨサラダ 厚揚げの肉みそがけ	ご飯 さばのごまケチャップソース かぶのさらだ 福袋煮	親子丼 里芋サラダ みそ汁(油揚げ、白菜)
	2月11日(日)	2月12日(月)	2月13日(火)	2月14日(水)	2月15日(木)	2月16日(金)	2月17日(土)
朝	バターロールパン 野菜ジュース	クロワッサン 牛乳	コモパン 野菜ジュース	ヴォルベパン のむﾖｰｸﾞﾙﾄ	厚ぎりフレンチ 牛乳	ヴォルベパン 野菜ジュース	バターロールパン コーヒー牛乳
昼	ご飯 ｸﾞﾘﾙﾁｷﾝｽﾊﾟｹﾞﾃｨｿﾃｰ ブロッコリーサラダ じゃがべえ汁	ご飯 春キャベツのとんぺい焼き ポパイサラダ 白ねぎのみそクリームシチュー	ゆかりごはん そら　おかず （和風マーボー） 野菜スープ	ご飯 目玉焼きハンバーグ コールスローサラダ アスパラとシメジのスープ チョコプリン	ご飯 そら　おかず （チキントマト煮） コーンクリームスープ	きしめん 磯部揚げ 小松菜のピーナツマヨ和え	ご飯 お弁当 （とり肉カシューナッツ炒め） 冬野菜スープ
夕	ご飯 鮭の幽庵焼き かぼちゃサラダ 小松菜とエリンギのごま炒め	ご飯 さばのおろし煮 もやしのナムル 豆腐のねぎみそチーズ焼き	ご飯 パンプキンシチュー レタスサラダ	ご飯 たらのムニエル えのき茸のおろし和え じゃがいもそぼろ煮	ご飯 かじきのしょうが焼き バンバンジーやっこ いかと野菜炒め	ご飯 ポークピカタ 花野菜のごまみそ和え ニンジンシリシリ	ホイコーロー丼 スパゲティサラダ みそ汁(さつま芋、小松菜)
	2月18日(日)	2月19日(月)	2月20日(火)	2月21日(水)	2月22日(木)	2月23日(金)	2月24日(土)
朝	バターロールパン 野菜ジュース	クロワッサン 牛乳	コモパン 野菜ジュース	ヴォルベパン のむﾖｰｸﾞﾙﾄ	厚ぎりフレンチ 牛乳	ヴォルベパン 野菜ジュース	バターロールパン コーヒー牛乳
昼	ご飯 鶏肉の五目炒り煮 三色浸し2 みそ汁(味噌汁の華)	テリヤキバーガー オレンジサラダ フライドポテト オニオンコンソメスープ	ご飯 そら　おかず （唐揚げ） いろどりスープ	ご飯 エビのマヨネーズ和え 水菜と鶏ささみサラダ ワンタンスープ	ご飯 そら　おかず （豆腐ハンバーグ） みそ汁(ｼﾞｬｶﾞｲﾓ、ﾈｷﾞ)	ご飯 鮭のムニエル ほうれん草となめこの和え物 小田巻蒸し	ご飯 お弁当 （ヒレカツ＆オムレツ） ごぼうのスープ
夕	ご飯 かれいの蒲焼き かぶとにんじんの甘酢漬け トマト入りにら玉	ご飯 魚のフライ 白和え豆腐 呉汁	トマトマーボー丼 やわらかごぼうサラダ 中華コーンスープ	ご飯 豚肉とごぼうの卵とじ もやしのナムル のりぽてと	ご飯 ブリ大根 和風コールスローサラダ 蒸しシューマイ	ご飯 鶏肉とじゃがいもの炒め煮 ひじきサラダ 豆苗の炒め物	ハヤシライス ﾎﾟﾃｻﾗ バナナ
	2月25日(日)	2月26日(月)	2月27日(火)	2月28日(水)	2月29日(木)		
朝	バターロールパン 野菜ジュース	クロワッサン 牛乳	コモパン 野菜ジュース	ヴォルベパン のむﾖｰｸﾞﾙﾄ	厚ぎりフレンチ 牛乳		
昼	ご飯 海鮮チジミ ﾁｰｽﾞとかぶ、ｷｬﾍﾞﾂのｻﾗﾀﾞ 塩ちゃんこ汁	ご飯（少なめ） カレー焼そば 青菜の温泉卵のせ みそ汁(ｴﾉｷﾀﾞｹ、ﾐﾂﾊﾞ)	ご飯 そら　おかず （カニクリームコロッケ） 冬野菜の濃厚チキンスープ	ポークストロガノフ フレンチサラダ ほうじ茶プリン	ご飯 そら　おかず （豚のしょうが焼き） 白菜スープ		
夕	ご飯 さばの塩麹焼き ちくわの味噌ﾏﾖﾈｰｽﾞ和 豚キャベツ高野豆腐の椀	ご飯 鶏じゃが 胡瓜とハムの酢の物 ﾆﾝﾆｸの茎入もやし炒め	牛丼 マカロニサラダ みそ汁(かぼちゃ、ﾈｷﾞ)	ご飯 ぎょうざ鍋 れんこんのしゃきしゃき酢	ご飯 かじきまぐろのステーキ 洋風白和え ほうれん草の洋風煮びたし		