

杉の郷 2月献立表

2月1日(日)		2月2日(月)		2月3日(火)		2月4日(水)		2月5日(木)		2月6日(金)		2月7日(土)	
朝	バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォルベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	厚ぎりフレンチ 牛乳 ヨーグルト	ヴォルベパン 野菜ジュース ヨーグルト	バターロールパン コーヒー牛乳 ヨーグルト						
	ご飯 麻婆じいたけ 白菜の中華サラダ 卵スープ	中華丼 大根のさっぱりサラダ ワカメスープ	五目ちらし寿司 ちくわの二色揚げ 鬼除け汁 節分納豆	冬野菜カレー かぼちゃサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 豚肉の鉄分たっぷり煮 小松菜の胡麻和え 実だくさんスープ	ご飯 豆腐のミートグラタン 海藻サラダ 冬野菜スープ	ご飯 さわらの梅マヨネーズ焼き 春雨サラダ(中華風) サンラータン						
夕	ご飯 ポークピーンズ ゴマネーズ和え 青梗菜の炒め物	ご飯 ぶりの卸煮 れんこんとセロのマスタートサラダ 炒り豆腐	ご飯 そら おかず (鮭マヨネーズ焼き) 高野豆腐のみそ汁	ご飯 そら おかず (蒸し鶏) はるさめスープ	ご飯 そら おかず (サバの塩焼き) マカロニスープ	ご飯 そら おかず (チキンステーキ) きのこ汁	ご飯 白菜の煮物 みかん入り酢の物 きのこと卵のオイスターソース炒め						
	2月8日(日)	2月9日(月)	2月10日(火)	2月11日(水)	2月12日(木)	2月13日(金)	2月14日(土)						
朝	バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォルベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	厚ぎりフレンチ 牛乳 ヨーグルト	ヴォルベパン 野菜ジュース ヨーグルト	バターロールパン コーヒー牛乳 ヨーグルト						
夕	ご飯(少なめ) 野菜ラーメン 焼きようざ かにかまサラダ	3色そぼろ丼 ばんさんすう 冬やさいみそ汁	ご飯 梅しそチーズ春巻き コールスローサラダ ミネストローネ	ご飯 豆腐と豚バラチャンプルー 大根と納豆サラダ さつまいものクリームスープ	ご飯 白身魚の甘酢あんかけ 豆とひじきのごママヨ和え 押し麦のスープ	まぜまぜチャーハン ほうれん草ともやしナムル 豆腐きのこスープ	ご飯 チキンシチュー目玉焼きのせ コールスローサラダ トマトポトフ チョコプリン						
夕	ご飯 水炊き風鍋 切り干し大根のごママヨサラダ 里芋のころ煮	ご飯 さばのごまケチャップソース かぶのさらだ 福袋煮	ご飯 そら おかず (豚のしょうが焼き) 大根のみそ汁	ご飯 そら おかず (コロッケ) かき玉汁	ご飯 そら おかず (ハンバーグ) 白菜スープ	ご飯 そら おかず (照り焼きチキン) オニオンコンソメスープ	ご飯 たらのムニエル パンハングレーっこ 小松菜とレバーの味噌炒め						
夕	2月15日(日)	2月16日(月)	2月17日(火)	2月18日(水)	2月19日(木)	2月20日(金)	2月21日(土)						
朝	バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォルベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	厚ぎりフレンチ 牛乳 ヨーグルト	ヴォルベパン 野菜ジュース ヨーグルト	バターロールパン コーヒー牛乳 ヨーグルト						
夕	みそにゅうめん 白菜のわさびマヨ ソーセージ炒め	ビビンバ丼 豆サラダ ビーフンスープ	ご飯 魚のハンバーグ 春菊の磯辺和え 豆腐スープ	ハヤシライス ポテトサラダ 牛乳寒天	ご飯 ジャガマーボー 菜の花のおひたし キャベツスープ	ご飯 大豆入りソナゴはんの具 梅おかかサラダ 玉子入りギョーザスープ	ご飯 豆腐と豚バラチャンプルー 水菜と鶏ささみサラダ みそ汁(わかめ、ねぎ)						
夕	ご飯 ミートボールと野菜のカレー煮 切干し大根のサラダ プロッコリーのチーズ卵焼き	ご飯 かじきのしょうが焼き 花野菜のごまみそ和え ごぼうとしめじのバター炒め	ご飯 そら おかず (トンカツトマトソース) 吳汁	ご飯 そら おかず (豆腐ハンバーグあんかけ) みそ汁(油揚げ、白菜)	ご飯 そら おかず (キーマカレー) コーンスープ	ご飯 そら おかず (鶏もも肉の西京焼き) いりどりスープ	ご飯 豚肉とごぼうの卵とじ もやしのナムル のりぼてと						
夕	2月22日(日)	2月23日(月)	2月24日(火)	2月25日(水)	2月26日(木)	2月27日(金)	2月28日(土)						
朝	バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォルベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	厚ぎりフレンチ 牛乳 ヨーグルト	ヴォルベパン 野菜ジュース ヨーグルト	バターロールパン コーヒー牛乳 ヨーグルト						
夕	シャキシャキ牛丼 ほうれん草となめたけ和え物 豆豆みそ汁	ご飯 焼きチーズカレードリア シーチキンとサラスパサラダ BLTスープ	ご飯 豆腐と枝豆のふわふわ焼き かぶとにんじんの甘酢漬け 鶏団子汁	ご飯 洋風おでん 切干パンハンジー スナップえんどうの玉子炒め	ご飯(少なめ) エビとレタスの焼きそば レタスと温泉卵のシーザーサラダ ワンタンスープ	ご飯 五目卵焼き 納豆サラダ 冬野菜の濃厚チキンスープ	ご飯 ポークミートローフ フレンチサラダ 大根ボトフ						
夕	ご飯 さわらのバーベキューソース さつまいもの白和え 白菜と生揚げの煮浸し	ご飯 ぶりの梅風味照り焼き ひじきサラダ 豆苗の炒め物	ご飯 そら おかず (自身魚フライ) 利休汁	ご飯 そら おかず (冷しゃぶサラダ) 塩ちゃんこ汁	ご飯 そら おかず (唐揚げ) カレースープ	ご飯 そら おかず (つみれの和風あんかけ) ごまみそ汁	ご飯 みそキムチ鍋 ピーナツサラダ 青梗菜の炒め物						
朝													
夕													
夕													

