

2月の献立表

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
朝食		パン食 玉子スープ フルーツポンチ	パン食 野菜サラダ パイナップル チーズ	パン食 野菜炒め バナナ	パン食 ミネストローネ みかん	パン食 スクランブルエッグ 白桃	パン食 野菜スープ バナナ
昼食		軟飯 白身魚のムニエル きゅうりの酢の物 豚汁 メロン	玉子巻き寿司 煮魚(鰯) すまし汁 ぶどうゼリー	おにぎり 肉うどん 白和え風 りんご缶	軟飯 流し玉子焼き ほうれん草のごま和え 豆腐の味噌かけ	カレーライス マカロニサラダ みかん 福神漬け	軟飯 鰯の竜田揚げ 高野豆腐の含め煮 焼きなす
3時		ミルクケーキ 紅茶	バウムクーヘン(チョコ) 紅茶	クレープ(バニラ) ほうじ茶	リングドーナツ(チョコ) 紅茶	ドームケーキ(カスタード) ほうじ茶	ロールケーキ(キャラメル) 紅茶
夕食		軟飯 ミートローフ もやしのナムル 長芋の煮物 漬物	軟飯 八宝菜 湯豆腐 さつま芋のレモン煮 漬物	軟飯 炊き合わせ 白菜の菜種和え 味噌汁	軟飯 焼肉 とろろ芋 すまし汁	軟飯 鮭のマリネ 大根の煮物 味噌汁	軟飯 くず鶏 白菜の煮浸し 味噌汁 漬物
	7	8	9	10	11	12	13
朝食	パン食 コンスープ 黄桃	パン食 温野菜サラダ フルーツポンチ	パン食 ミネストローネ パイナップル	パン食 玉子スープ バナナ	パン食 炒め物 みかん	パン食 野菜サラダ 白桃	パン食 きのこのスープ バナナ
昼食	軟飯 鰯の照り焼き 田舎煮 しろ菜の磯辺和え	軟飯 白身魚の塩焼き ほうれん草の錦糸かけ 味噌汁	軟飯 すき焼き 菜の花の菜種和え とろろ芋	軟飯 赤魚の味噌煮 湯豆腐 白菜の和え物	他人井 小松菜の和え物 すまし汁 メロン	軟飯 鰯の塩焼き 炒り豆腐 味噌和え	軟飯 豚肉のびりから炒め もずく かき玉汁
おやつ	蒸しケーキ(ミルク) ほうじ茶	もみじ饅頭 ほうじ茶	レモンケーキ 紅茶	リングドーナツ(プレーン) 紅茶	バウムクーヘン(プレーン) 紅茶	どら焼き(こしあん) ほうじ茶	鯛饅頭(カスタード) ほうじ茶
夕食	軟飯 オムレツ ドレッシング和え クリームチャウダー ふりかけ	軟飯 鶏のクリームソースかけ 切干し大根の煮物 真砂和え りんご缶	軟飯 白身魚の二色揚げ 南瓜のそぼろ煮 なすの味噌かけ 漬物	軟飯 タンドリーチキン しろ菜の煮浸し 大根サラダ 漬物	軟飯 鯖の山椒煮 中華風酢の物 味噌汁 漬物	軟飯 つくねの照り焼き ゆず香和え 春雨スープ フルーツ	軟飯 すずきのカレームニエル 豆腐のかにあんかけ 盛り合わせサラダ
	14	15	16	17	18	19	20
朝食	パン食 ほうれん草オムレツ 黄桃 チーズ	パン食 野菜サラダ フルーツポンチ	パン食 スクランブルエッグ パイナップル	パン食 ミネストローネ バナナ	パン食 コンソメスープ みかん	パン食 野菜炒め 白桃	パン食 クリームチャウダー バナナ
昼食	軟飯 海老フライ 菜の花の錦糸かけ 野菜スープ	軟飯 鯖のしょうが煮 煮合わせ オクラの卸しあえ メロン	おにぎり きつねうどん 豆腐のそぼろあんかけ ヨーグルト	軟飯 豚のくわ焼き ごま和え 味噌汁 漬物	軟飯 チーズハンバーグ 大豆サラダ すまし汁	深川飯 鰯の塩焼き 白和え 南瓜の含め煮 漬物	軟飯 酢鰯 小松菜の和え物 スープ
おやつ	ロールケーキ(ショコラ) 紅茶	どら焼き(こしあん) ほうじ茶	ミルクケーキ 紅茶	蒸しケーキ(紫芋) ほうじ茶	ドームケーキ(チョコ) 紅茶	毎ヨーグルト ほうじ茶	クレープ(バニラ) ほうじ茶
夕食	軟飯 筑前煮 きゅうりの酢の物 味噌汁	軟飯 鶏の塩だれ焼き 玉子とじ スープ	軟飯 鮭の南蛮漬け 里芋の含め煮 味噌汁	軟飯 だし巻き玉子 ひじきの炒り煮 なます	軟飯 おでん ピーナッツ和え フルーツ のり佃煮	軟飯 コロケ もやしの酢の物 味噌汁	軟飯 赤魚のしょうが煮 シャレン豆腐 酢味噌和え
	21	22	23	24	25	26	27
朝食	パン食 コンスープ 黄桃	パン食 野菜サラダ フルーツポンチ	パン食 ミネストローネ パイナップル	パン食 オムレツ バナナ	パン食 野菜炒め みかん チーズ	パン食 クリームチャウダー 白桃	パン食 野菜スープ バナナ
昼食	軟飯 和風ムニエル かぶの酢の物 中華風湯豆腐	軟飯 豚のチャップ煮 煮合わせ 辛子酢味噌和え 甘夏缶	軟飯 鶏の竜田揚げ しろ菜の菜種和え 具たくさんの味噌汁 漬物	軟飯 しぐれ煮 煮奴 酢の物 漬物	軟飯 かき揚げ 中華風酢の物 味噌汁	軟飯 鰯の照り焼き 炒り豆腐 焼きなす	軟飯 揚げ魚のあんかけ 五日豆 すまし汁
おやつ	鯛饅頭(カスタード) ほうじ茶	蒸しケーキ(ミルク) 紅茶	どら焼き(カスタード) ほうじ茶	もみじ饅頭 ほうじ茶	レモンケーキ 紅茶	リングドーナツ(プレーン) 紅茶	バウムクーヘン(チョコ) 紅茶
夕食	軟飯 ビーフシチュー 盛り合わせサラダ メロン のり佃煮	軟飯 干草焼き チャプチェ風 コンソメスープ	軟飯 鯖のおろし煮 なすの味噌かけ 南瓜のそぼろ煮 漬物	軟飯 白身魚の味噌焼き 里芋の含め煮 すまし汁	軟飯 鮭のレモン蒸し ひじきの煮つけ 豆腐のそぼろあんかけ 漬物	軟飯 厚焼き玉子 白菜の和え物 味噌汁 漬物	軟飯 ポークソテー 酢味噌和え さつま芋の煮付け 漬物
	28						
朝食	パン食 温野菜サラダ 黄桃						
昼食	軟飯 鰯の香味焼き 白和え すまし汁						
おやつ	ドームケーキ(こしあん) 紅茶						
夕食	軟飯 天ぷら 小松菜の錦糸かけ 酢の物						

食種・食材の都合により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。ウエルハウス西宮 栄養科