

2月の献立表



		日	月	火	水	木	金	土
		北			1	2	3	4
朝食	<p>2月3日(金)は</p> <p>今年の恵方は 南南東</p>				パン食 野菜炒め バナナ	パン食 スクランブルエッグ みかん	パン食 ミネストローネ 白桃	パン食 野菜スープ バナナ
昼食					おにぎり 肉うどん しる菜の白和え風 フルーツ	軟飯 かき揚げ 中華風酢の物 味噌汁 漬物	玉子巻寿司 いわしの煮付け すまし汁 甘納豆	軟飯 くすのぎのボン酢かけ 白菜の煮浸し 味噌汁 漬物
おやつ					パウムクーヘン (チョコ)	焼きドーナツ (抹茶)	ドームケーキ (こしあん)	シュークリーム (いちご)
夕食					軟飯 炊き合わせ 白菜の菜種和え 味噌汁	軟飯 鮭のレモン蒸し ひじきの煮付け 豆腐のそぼろあんかけ	軟飯 八宝菜 湯豆腐 さつま芋のレモン煮 漬物	軟飯 サバの竜田揚げ 凍り豆腐の詰め煮 焼きなす
		5	6	7	8	9	10	11
朝食	パン食 コンソープ 黄桃	パン食 サラダ フルーツポンチ チーズ	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 ぶりの照り焼き 厚揚げと野菜の田舎煮 しる菜の磯辺和え	軟飯 鯛の塩焼き 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	他人丼 小松菜の和え物 すまし汁 フルーツ	軟飯 さわらの塩焼き 炒り豆腐 ほうれん草の味噌和え 漬物	軟飯 豚肉のひりから炒め もずく かきたま汁 漬物	
おやつ	レモンケーキ	ロールケーキ (焼き芋)	メーブルブチケーキ	じゃがいも (こしあん)	リングドーナツ (プレーン)	パウムクーヘン (プレーン)	鯛頭	
夕食	軟飯 オムレツ きゅうりのドレッシング和え クリームチャウダー のりかけ	軟飯 鶏肉のクリームソースかけ 切干大根の煮物 じゃが芋の真砂和え フルーツ	軟飯 白身魚の二色揚げ 南瓜のそぼろ煮 茄子の味噌かけ 漬物	軟飯 タンドリーチキン しる菜の煮浸し 大根サラダ 漬物	軟飯 サバの山椒煮 中華風酢の物 味噌汁 漬物	軟飯 鶏つくねの照り焼き 白菜のゆず香和え 春雨スープ フルーツ	軟飯 すずきのカレーム二郎 豆腐のあんかけ 盛り合わせサラダ	
		12	13	14	15	16	17	18
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 フルーツ	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 サラダ 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 チーズハンバーグ サラダ コンソープ	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 豚肉のくわ焼き ほうれん草のごま和え 味噌汁 漬物	軟飯 サバの煮つけ がんもどきの煮合わせ オクラのおろし和え フルーツ	深川飯 鮭の塩焼き ほうれん草の白和え 南瓜の詰め煮 漬物	軟飯 酢豚 小松菜の和え物 玉子スープ 漬物	
おやつ	シュークリーム (チョコ)	蒸しケーキ (コーヒュー)	パン食 (チョコ)	ドームケーキ (カスタード)	ロールケーキ (いちご)	カスタードブチケーキ	焼きドーナツ (豆乳)	
夕食	軟飯 筑前煮 きゅうりの酢の物 味噌汁	軟飯 おでん 菜の花のピーナツ和え フルーツ のり佃煮	軟飯 鮭の南蛮漬け 里芋の詰め煮 味噌汁	軟飯 だし巻き卵 凍り豆腐の炒り煮 大根生酢	軟飯 鶏の塩だれ焼き 白菜の玉子とし すまし汁 漬物	軟飯 コロケ 白菜の酢の物 味噌汁	軟飯 赤魚のしょうが煮 シャレン豆腐 きゅうりの酢味噌和え	
		19	20	21	22	23	24	25
朝食	パン食 クリームチャウダー 黄桃	パン食 コンソメスープ フルーツポンチ	パン食 コンソープ 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 白身魚のム二郎 かぶの酢の物 中華風湯豆腐	軟飯 鶏肉のチャップ煮 煮合わせ きゅうりの辛子酢味噌和え フルーツ	軟飯 鶏肉の竜田揚げ しる菜の菜種和え 具沢山の味噌汁	軟飯 牛肉の梅雨煮 煮奴 きゅうりの酢の物 煮豆	軟飯 カレーライス マカロニサラダ フルーツ 福神漬け	軟飯 ぶりの照り焼き 炒り豆腐 焼き茄子	軟飯 赤魚の揚げあんかけ 炒り煮 すまし汁	
おやつ	鯛頭 (カスタード)	じゃがいも (抹茶あん)	レモンケーキ	蒸しケーキ (バナナ)	シュークリーム (プレーン)	リングドーナツ (チョコ)	ミルクケーキ	
夕食	軟飯 ビーフシチュー サラダ フルーツ のり佃煮	軟飯 干草焼き 春雨のチャプチェ風 野菜サラダ	軟飯 さばの佃煮 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 里芋の詰め煮 すまし汁	軟飯 鮭のマリネ 大根の煮物 味噌汁	軟飯 厚焼き玉子 白菜の和え物 味噌汁	軟飯 ホクソテー しる菜の酢味噌和え 酢味噌和え さつま芋の煮付け 漬物	
		26	27	28				
朝食	パン食 温野菜サラダ 黄桃	パン食 コンソープ フルーツポンチ	パン食 ホノ子のスープ パイナップル					
昼食	軟飯 さわらの佃煮焼き ほうれん草の白和え すまし汁 漬物	軟飯 豚肉のしゃぶしゃぶ風 とろろ芋 シャレン豆腐 フルーツ	軟飯 あじの香味焼き 里芋の詰め煮 玉子豆腐 漬物					
おやつ	ドームケーキ (チョコ)	クレープ (バナナ)	メーブルブチケーキ					
夕食	軟飯 天ぷら オクラのかか和え きゅうりの酢の物	軟飯 カレイのタルタルソース焼き もやしナムル 味噌汁 煮豆	軟飯 鶏のから揚げ 豆腐のあんかけ 大根の生酢 フルーツ					

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