

# 2月の献立表



	日	月	火	水	木	金	土
朝食	<h2>2月2日(日)は</h2>						バン食 野菜スープ バナナ
昼食							軟飯 ぶりの照り焼き 田舎煮 しる菜の磯辺和え
おやつ							くら棒 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 ぶりかけ
夕食	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						
	2	3	4	5	6	7	8
朝食	バン食 コーンスープ 黄桃	バン食 サラダ フルーツポンチ チーズ	バン食 ミネストローネ パイナップル	バン食 玉子スープ バナナ	バン食 炒め物 みかん	バン食 野菜サラダ 白桃	バン食 きのこのスープ バナナ
昼食	玉子巻寿司 いわしの煮つけ すまし汁 甘納豆	軟飯 鯛の塩焼き ほうれん草の和え物 味噌汁	軟飯 すき焼き 菜の花のかか和え ころろ芋	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 豚肉のびりから炒め もずく かきたま汁 漬物
おやつ	じゃがいも どら焼き(カスタード)	しょうご しっとり饅頭(黒糖)	ぱん バームクーヘン(プレーン)	やわらか やわらかおかし(コンボタ)	りんご リングドーナツ(チョコ)	鯛 鯛饅頭(カスタード)	ショコ ショコラブチケーキ
夕食	軟飯 八宝菜 煮奴 さつま芋のレモン煮 漬物	軟飯 鶏肉のクリームソースかけ 千切大根 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 鯖の山椒煮 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 すずきのカレームニエル 豆腐のあんかけ サラダ
	9	10	11	12	13	14	15
朝食	バン食 ほうれん草オムレツ 黄桃	バン食 野菜サラダ フルーツポンチ	バン食 スクランブルエッグ パイナップル	バン食 ミネストローネ フルーツ	バン食 コンソメスープ みかん	バン食 野菜炒め 白桃	バン食 サラダ バナナ
昼食	軟飯 海老フライ 菜の花の和え物 野菜スープ	軟飯 チーズハンバーグ 大豆サラダ コーンスープ	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 菜の花のこま和え 味噌汁 漬物	軟飯 鯖の煮つけ 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 南瓜の含め煮	軟飯 酢鶏 小松菜の和え物 玉子スープ 漬物
おやつ	ドーム ドームケーキ(チョコ)	じゃがいも どら焼き(こしあん)	ミルク ミルクケーキ	くら棒	しっとり しっとり饅頭(小麦)	ぱん バームクーヘン(抹茶)	やわらか やわらかおかし(えび)
夕食	軟飯 筑前煮 きゅうりの酢の物 味噌汁	軟飯 おでん ほうれん草のピーナッツ和え フルーツ のり佃煮	軟飯 鮭の南蛮漬け 里芋の含め煮 味噌汁	軟飯 だし巻き卵 高野豆腐の炒り煮 大根の生酢	軟飯 鶏肉の塩だれ焼き 玉子とじ すまし汁 漬物	軟飯 コロッケ もやしの酢の物 味噌汁	軟飯 赤魚のしょうが煮 シャーレン豆腐 きゅうりの酢味噌和え
	16	17	18	19	20	21	22
朝食	バン食 クリームチャウダー 黄桃	バン食 コンソメスープ フルーツポンチ	バン食 コーンスープ パイナップル	バン食 オムレツ バナナ	バン食 野菜炒め みかん チーズ	バン食 クリームチャウダー 白桃	バン食 野菜スープ バナナ
昼食	軟飯 白身魚のムニエル かぶの酢の物 中華風湯豆腐	軟飯 豚肉のチャップ煮 煮合わせ きゅうりの辛子酢味噌和え フルーツ	軟飯 鶏の竜田揚げ しる菜の菜種和え 具沢山の味噌汁	軟飯 白身魚の味噌焼き 里芋の含め煮 すまし汁	軟飯 チキンカレー 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 ポークソテー しる菜の酢味噌和え さつま芋の煮つけ 漬物
おやつ	カスタード カスタードブチケーキ	鯛 鯛饅頭	りんご リングドーナツ(プレーン)	やわらか やわらかおかし(うす塩)	レモン レモンケーキ	じゃがいも どら焼き(抹茶あん)	くら棒
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 鯖の卸し煮 茄子の味噌かけ 南瓜のそぼろ煮 漬物	軟飯 時雨煮 煮奴 きゅうりの酢の物 煮豆	軟飯 鮭のマリネ 大根の煮物 味噌汁	軟飯 厚焼き玉子 白菜の煮浸し 味噌汁	軟飯 赤魚の揚げあんかけ 炒り煮 すまし汁
	23	24	25	26	27	28	
朝食	バン食 温野菜サラダ 黄桃	バン食 コーンスープ フルーツポンチ	バン食 木ノ子のスープ パイナップル	バン食 玉子スープ フルーツ	バン食 キャベツのサラダ みかん	バン食 サラダ 白桃	
昼食	軟飯 さわらの幽庵焼き ほうれん草の味噌和え すまし汁 漬物	軟飯 豚肉のしゃぶしゃぶ風 ころろ芋 シャーレン豆腐 フルーツ	軟飯 鱈の香味焼き 里芋の含め煮 豚汁 漬物	軟飯 すずきの煮つけ ほうれん草の白和え カリフラワーの梅酢和え	おにぎり 肉うどん 玉子豆腐 フルーツ	まいたけご飯 鶏の照り焼き ほうれん草の和え物 すまし汁	
おやつ	しっとり しっとり饅頭(吹雪)	ヌー ヌーブルブチケーキ	ぱん バームクーヘン(チョコ)	やわらか やわらかおかし(のり塩)	焼き 焼きドーナツ(チョコ)	もみじ もみじ饅頭	
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 鱈のタルタルソース焼き もやしのナムル 味噌汁	軟飯 鶏のから揚げ 豆腐のあんかけ 大根の生酢 フルーツ	軟飯 豚肉のクリームソースかけ ポテトサラダ コンソメスープ 漬物	軟飯 炊き合わせ 白菜の菜種和え 味噌汁	軟飯 かに玉 茄子の炒め煮 白菜のスープ 煮豆	