

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
2月 12日 日曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 卵風味ソース	パン スープ 里芋煮 デザート	ちゅうかはん 中華飯 だいこん 大根のなます わかめと豆腐のスープ	むきさば 蒸し鯖のピリ辛ドレッシングがけ ポークビーンズ こまつな 小松菜のお浸し
2月 13日 月曜日	ご飯 味噌汁 たまご豆腐 ふりかけ	パン スープ たまご豆腐 デザート	エビフライとクリームコロッケ こんさいに 根菜煮 豆腐のサラダ	とりにく 鶏肉のしょうゆ焼 こうじや 人參しりしり にんじん ブロッコリーと半平のサラダ
2月 14日 火曜日	ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 のり佃	パン スープ 厚揚げ煮 デザート	ぶりのしょうが ぶりの生姜あん (ら)さわらのしょうが ジャーマンポテト ほうれん草のわさび和え	ぶたにく 豚肉とごぼうの柳川風 やながわふう はくさい 白菜のポン酢和え ずあ ミニうどん 
2月 15日 水曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 たいみそ	パン スープ 切干煮 デザート	さけ 鮭のちゃんちゃん焼き風 やふう チンゲン菜の土佐煮 さいと 春雨サラダ はるさめ (ら)大根のサラダ	にくだんご 肉団子の甘酢あんかけ あます たまご焼き しょうがあ キャベツの生姜和え
2月 16日 木曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 ふりかけ	パン スープ 煮豆 デザート	ポークチャップ しらすおろし さつま芋の旨煮	あじのみそ煮 に (特ら)カラスカレイのみそ煮 とく もずくのかき玉汁 たまじる ツナしばサラダ
2月 17日 金曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 ゆずみそ	パン スープ 里芋煮 デザート	さばのやさい さばの野菜あんかけ やさい えびと豆腐の旨煮 とうふ キャベツのコールスローサラダ	とりにく 鶏肉のしぐれ煮 に はんぺい 半平の卵とじ たまご ほうれん草のごま和え
2月 18日 土曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 たいみそ	パン スープ いんげん煮 デザート	わふう 和風おろしハンバーグ きんときまめに ひじきと金時豆煮 きんときまめに (ら)こんにゃくと金時豆煮 マカロニサラダ	さいきょうや さわらの西京焼き だいこん 大根とさつま芋の煮もの いも ピーマンとたまごの和えもの あ (ら)ブロッコリーとたまごの和えもの

土曜おやつ

ホットケーキ