



2月

## 予定献立表

令和8年2月1日～令和8年2月10日

日	朝食	昼食	夕食
1(日)	ごはん みそ汁 アスパラの塩炒め 佃煮 牛乳	福ごはん 鶏のくわ焼き 千切野菜のすまし汁 菜花の味噌和え フルーツ	ごはん 肉豆腐 青菜のさっと煮 かぶの柚香あえ
2(月)	ごはん みそ汁 じゃが芋の炒め煮 ふりかけ コア・コア	赤飯 たらの西京焼き すまし汁 青菜とコーンの和え物 コンポート	ごはん 豚肉の生姜焼き さつま芋の甘煮 ところ天サラダ
3(火) <b>節分</b>	ごはん みそ汁 金平風 ふりかけ 牛乳	太巻き寿司 (代替食:玉子焼き) すまし汁 大根の肉みそかけ イチゴプリン	ごはん 厚揚げの卵とじ 金時豆煮 三色和え
4(水)	ごはん みそ汁 ケチャップ炒め ふりかけ 牛乳	味噌ラーメン (代替食:回鍋肉) さつま芋の甘煮 蒸鶏サラダ 杏仁豆腐	ごはん 白身魚のピカタ 大豆煮 キャベツサラダ
5(木)	ごはん みそ汁 ブロッコリーの炒め煮 佃煮 アシド・ミルク	ごはん 煮込みハンバーグ ポトフスープ ツナサラダ フルーツ	ごはん 団子揚げ 青梗菜と豚肉のソテー 春雨の酢の物
6(金)	ごはん みそ汁 竹輪の炒め物 佃煮 牛乳	ごはん 揚げ鯖のおろし煮 吉野汁 青菜の和風和え フルーツ	ごはん ロールキャベツ 芋金平 トマトサラダ
7(土)	ごはん みそ汁 大根煮 ふりかけ 牛乳	ごはん 野菜の肉巻き照り 豆乳汁 千切り野菜のサラダ フルーツ	ごはん 寄せ鍋 里芋の味噌田楽 玉子豆腐
8(日)	ごはん みそ汁 野菜ソテー 佃煮 牛乳	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き ふきの炒め煮 ながいもサラダ フルーツ	ごはん 肉じゃが アスパラのジャコ炒め 青菜のなめたけ和え
9(月)	ごはん みそ汁 はんぺんの卵とじ 佃煮 イチゴヨーグルト	ごはん 豆腐の肉味噌かけ けんちん汁 大根とじゃこのサラダ フルーツ	ごはん ポークソテー 切り干し大根の煮物 ビーフンサラダ
10(火)	ごはん みそ汁 ブロッコリーのソテー 佃煮 牛乳	あんかけうどん (代替食:松風焼き) 焼きおにぎり 麩チャンプル フルーツポンチ	ごはん 鶏のクリーム煮 糸切昆布煮つけ トマトサラダ